

॥ पूर्णिमा व्रत कथा, पूजन विधि और उद्यापन विधि ॥

विषय अनुक्रमाणिका

१. पूर्णिमा पूजन विधि	02
२. पूर्णिमा व्रत कथा	04
३. उद्यापन विधि	08
४. चैत्र पूर्णिमा (हनुमान जयंती)	09
५. वैशाख पूर्णिमा (बुद्ध जयंती)	11
६. ज्येष्ठ पूर्णिमा (वट सावित्री)	13
७. आषाढ़ पूर्णिमा (गुरु-पूर्णिमा)	16
८. श्रावण पूर्णिमा (नारयली पूर्णिमा)	19
९. भाद्रपद पूर्णिमा (श्राद्धपक्ष)	22
१०. आश्विन पूर्णिमा (शरद पूर्णिमा)	24
११. कार्तिक पूर्णिमा (त्रिपुरी पूर्णिमा)	26
१२. मार्गशीर्ष पूर्णिमा (त्रिपुर भैरव, अन्नपूर्णा, दत्त जयन्ती)	29
१३. पौष पूर्णिमा (शाकम्भरी जयंती)	31
१४. माघ पूर्णिमा (माघ मेला)	33
१५. फाल्गुन पूर्णिमा (होली)	35

॥ पूर्णिमा ॥

हिन्दू धर्म और ज्योतिष शास्त्रों में पूर्णिमा के रहस्य को उजागर किया गया है। प्रत्येक वर्ष १२ पूर्णिमाएं होती हैं। जब अधिकमास या मलमास आता है तब इनकी संख्या बढ़कर १३ हो जाती है।

प्रत्येक मास की पूर्णिमा को पूर्ण चन्द्रमा का और तत्पश्चात् सूर्य का तथा विष्णु रूप सत्यनारायण का व्रत किया जाता है। यह पूर्णिमा व्रत के हेतु चन्द्रोदय-व्यापिनी ली जाती है। इसमें देव-पूजन, दान-पुण्य, तीर्थ-स्नान और वेद, पुराण सुनने से अक्षय पुण्य मिलता है। यदि इस दिन चित्रा नक्षत्र हो तो तरह-तरह के वस्त्र दान करने से स्त्रियों के सौभाग्य की वृद्धि होती है। अक्षदा संतान और सौभाग्य आदि के लिए स्त्रियों को द्वात्रिंशत् (बत्तीस) पूर्णमासी का व्रत करना चाहिए। यों तो किसी भी पूर्णमासी से इसे आरम्भ कर सकते हैं परन्तु यदि मासों में सर्वोत्तम मार्ग-शीर्ष मास से आरम्भ किया जाए तो अति उत्तम है। अन्त में उद्यापन करना चाहिए।

वर्ष की 12 पूर्णिमाओं में कार्तिक पूर्णिमा, माघ पूर्णिमा, शरद पूर्णिमा, गुरु पूर्णिमा, बुद्ध पूर्णिमा आदि मुख्य पूर्णिमा मानी गई है।

क्या होता है पूर्णिमा के दिन : चांद का धरती के जल से संबंध है। जब पूर्णिमा आती है तो समुद्र में ज्वार-भाटा उत्पन्न होता है, क्योंकि चंद्रमा समुद्र के जल को ऊपर की ओर खींचता है। मानव के शरीर में भी लगभग 85 प्रतिशत जल रहता है। पूर्णिमा के दिन इस जल की गति और गुण बदल जाते हैं। वैज्ञानिकों के अनुसार इस दिन चन्द्रमा का प्रभाव काफी तेज होता है इन कारणों से शरीर के अंदर रक्त में न्यूट्रॉन सेल्स क्रियाशील हो जाते हैं और ऐसी स्थिति में इंसान ज्यादा उत्तेजित या भावुक रहता है। एक बार नहीं, प्रत्येक पूर्णिमा को ऐसा होता रहता है तो व्यक्ति का भविष्य भी उसी अनुसार बनता और बिगड़ता रहता है। पूर्णिमा की रात मन ज्यादा बेचैन रहता है और नींद कम ही आती है। कमजोर दिमाग वाले लोगों के मन में आत्महत्या या हत्या करने के विचार बढ़ जाते हैं। मंदगमि रोग होता है या जिनके पेट में चय-उपचय की क्रिया शिथिल होती है,

❖ पूर्णिमा व्रत पूजन सामग्री

दूध, दही, घी, शर्करा, गंगाजल, रोली, मौली, ताम्बूल, पूंगीफल, धूप, फूल (सफेद कनेर), यज्ञोपवीत, श्वेत वस्त्र, लाल वस्त्र, आक, बिल्वपत्र, फल, फूलमाला, धतूरा, बांस की टोकरी, आम के पत्ते, चावल, तिल, जौ, नारियल, दीपक, ऋतुफल, अक्षत, नैवेद्य, कलश, पद (बत्तीस), पचरंग, चन्दन, आटा, रेत, समिधा (ढाक की लकड़ी), कुशा, आचार्य के लिए वस्त्र, स्वर्ण की अंगूठी, शिव-पार्वती की स्वर्ण मूर्ति, दूब, आसन।

❖ पूर्णिमा व्रत पूजन विधि

- पूर्णमासी का व्रत धारण करने वाले स्त्री व पुरुष को प्रातःकाल ब्रह्ममुहूर्त (चार बजे) में उठकर तीर्थ स्थल या घर पर शुद्ध जल में गंगा जल मिलाकर स्नान आदि से निवृत्त होकर संध्या-पूजा तथा नित्यकर्म करना चाहिए।
- फिर पवित्र स्थान में आटे से चौक पूरकर केले का मण्डप बनाकर शिव-पार्वती की पार्थिव प्रतिमा (मिट्टी की मूर्ति) बनाकर स्थापित करें।
- तत्पश्चात् नवीन वस्त्र धारण करके आसन पर पूर्वाभिमुख बैठकर, पवित्र, आचमन, स्वस्तिवाचन, देश-कालादि के उच्चारण के साथ हाथ में जल लेकर संकल्प करें।
- उसके अनन्तर गणेश, वरुण, कलश, इन्द्रादि अष्ट लोकपाल, शिव-पार्वती व संपूर्ण शिव परिवार, चन्द्रदेव, आवाहन एवं पंचोपचार पूजन करें।
- इस दिन भगवान विष्णु की पूजा करने का भी विशेष महत्व होता है। ऐसे में जातक घर में भगवान सत्यनारायण की पूजा एवं सत्यनारायण की कथा सुनते हैं और पूर्णिमा का उपवास रखते हैं।
- चंद्रमा की पूजा करते समय व्यक्ति को इस विशेष मंत्र- **ॐ सौ सोमाय नमः** अथवा **ॐ श्रां श्रीं श्रीं सः चन्द्रमसे नमः** का उच्चारण करना चाहिए।
- महा अभिषेक करें अनन्तर वस्त्र, यज्ञोपवीत, चन्दन, अक्षत, हल्दी, कुंकुम, सिन्दूर, पुष्प, धूप, दीप, नैवेद्य, ताम्बुल, दक्षिणा, प्रदक्षिणा और नमस्कार करके हाथ जोड़कर षोडशोपचार पूजन समर्पण करें।
- फिर शिव जी के (शतनाम) सौ नाम के मन्त्रों का उच्चारण करें। इसके पश्चात् निम्न कथा कहें अथवा सुन।
- तत्पश्चात् रात्रि में मौन होकर भोजन करना चाहिए। प्रत्येक मास की पूर्णिमा को इसी प्रकार चन्द्रमा की पूजा करनी चाहिए। इससे व्यक्ति को सभी सुखों के साथ मानसिक शांति भी प्राप्त होती है।
- पूर्णिमा तिथि पितृ तर्पण हेतु भी बहुत शुभ मानी जाती है।

❖ पूर्णिमा से जुड़े कुछ विशेष तथ्य

- पूर्णिमा में यज्ञ व अन्य मांगलिक कार्य, विवाह, देव-प्रतिष्ठा आदि करना शुभ माना जाता है।
- पूर्णिमा तिथि शिव पूजन और समस्त धार्मिक कार्यों के लिए अच्छी मानी गई है।
- पौराणिक कथाओं के अनुसार यह राहु ग्रह की जन्म तिथि भी है।
- माघ, कार्तिक, ज्येष्ठ एवं आषाढ़ मास कि पूर्णिमा को दान हेतु बहुत शुभ समझा जाता है।
- इस तिथि पर समुद्रीय ज्वार-भाटा अपनी चरम सीमा पर होता है।
- यदि समस्त पूर्णिमाओं पर व्रत करना संभव न हो तो कम से कम कार्तिक शुक्ल पूर्णिमा को व्रत अवश्य करना चाहिए।
- पूर्णमासी का व्रत करने वाली स्त्री को आजीवन सौभाग्य की प्राप्ति होती है।

❖ पूर्णिमा व्रत के लाभ

- मानसिक कष्टों से मुक्ति हेतु पूर्णिमा का व्रत करना अत्यंत शुभ होता है।
- पारिवारिक कलह और अशांति दूर करने हेतु पूर्णिमा का व्रत करना शुभ फलदायी होता है।
- जिन व्यक्तियों की पत्रिका में चंद्र ग्रह पीड़ित व दूषित हो और इस ग्रह के कारण जीवन में समस्याएं आ रही हों तो उन्हें यह व्रत अवश्य करना चाहिए।
- इस दिन शिवलिंग पर शहद, कच्चा दूध, बेलपत्र, शमीपत्र आदि चढ़ाने से भगवान शिव की कृपा व्यक्ति पर सदैव बनी रहती है और किसी भी रोग से मुक्ति मिलती है।
- जिन लोगों को अकारण भय बना रहता हो और मानसिक चिंता अधिक सताती हो उन्हें भी पूर्णमासी का व्रत जरूर करना चाहिए।
- लंबे और प्रेम से भरे दाम्पत्य जीवन की प्राप्ति हेतु भी पूर्णिमा का व्रत करना बहुत शुभ होता है।
- प्रत्येक व्यक्ति को चाँद की पूजा करते समय इस संस्कृत श्लोक का पाठ करना चाहिए।
 - वसत-बाँधव विभों शीताःशो सवस्ति न कुरुः ।
गगनार्णवःमाणिक्य चान्द्र दाक्षायणीःपते ॥
- इस मन्त्र के उच्चारण के पश्चात चुप रहकर भोजन ग्रहण करना चाहिए। इसके साथ ही प्रत्येक पूर्णिमा को चाँद की पूजा करनी चाहिए। इससे मनुष्य को सभी सुखों की प्राप्ति होती है।

❖ पूर्णिमा व्रत की कथा

द्वापर युग में एक समय की बात है मां यशोदा ने भगवान कृष्णजी से कहा कि हे कृष्ण तुम सारे संसार के उत्पन्नकर्ता, पोषक तथा संहारकर्ता हो, आज कोई ऐसा व्रत कहो, जिससे स्त्रियों को मृत्युलोक में विधवा होने का भय नहीं रहे तथा यह व्रत सभी मनुष्यों की मनोकामनाएं पूर्ण करने वाला हो।

भगवान श्रीकृष्ण ने कहा - सौभाग्य की प्राप्ति के लिए स्त्रियों को ३२ पूर्णमासियों का व्रत करना चाहिए। इस व्रत के करने से स्त्रियों को सौभाग्य सम्पत्ति आदि की प्राप्ति होती और संतान की रक्षा होती है। यह व्रत अचल सौभाग्य को देने वाला एवं भगवान शिव के प्रति मनुष्य मात्र की भक्ति को बढ़ाने वाला व्रत है। तब यशोदा जी कहती है कि हे कृष्ण सर्वप्रथम इस व्रत को मृत्युलोक में किसने किया था। इसके विषय में विस्तार पूर्वक मुझे से कहो।

श्री कृष्ण कहते हैं कि राजा चंद्रहास की कातिका नाम की एक नगरी थी। वहां पर धनेश्वर नाम का एक ब्राह्मण तथा उसकी स्त्री सुशीला उसी नगरी में बड़े प्रेम के साथ निवास करते थे। घर में धन धान्य आदि की कमी नहीं थी। उनको एक बड़ा दुख था कि उनके कोई संतान नहीं थी, इस दुख से वे अत्यन्त दुखी रहते थे। एक समय एक बड़ा तपस्वी योगी उस नगरी में आया। वह योगी उस ब्राह्मण के घर को छोड़कर के सभी के घर से भिक्षा लाकर भोजन किया करता था, एक दिन योगी रूपवती से भिक्षा न लेकर किसी अन्य घर से भिक्षा लेकर गंगा किनारे जाकर, भिक्षान्न को बड़े प्रेम से खा रहा था कि धनेश्वर ने योगी को ऐसा करते हुए देख लिया।

अपनी भिक्षा के अनादर से दुखी होकर के धनेश्वर योगी से बोला- माहत्मन! आप सभी घरों से भिक्षा लेते हैं, परन्तु मेरे घर की भिक्षा कभी नहीं लेते, इसका कारण क्या है? योगी ने कहा कि निःसन्तान के घर की भीख पतितों के अन्न के समान हो जाती है और जो पतितों का अन्न खाता है वह भी पतित हो जाता है। धनेश्वर यह बात सुनकर बड़ा दुखी हुआ और हाथ जोड़कर योगी के पैरों पर गिरकर कहने लगा- हे महाराज ! यदि ऐसा है तो आप मुझको पुत्र प्राप्ति का उपाय बताइये। आप सर्वज्ञ हैं, मुझ पर कृपा करें। मैं पुत्र न होने के कारण बहुत दुखी हूं। आप मेरे इस दुख का हरण किजिए।

यह सुनकर योगी कहने लगे- हे ब्राह्मण ! तुम चण्डी की आराधना करो, घर आकर उसने अपनी पत्नि से सब वृत्तान्त कहा और स्वयं तप के निमित्त वन में चला गया। वन में जाकर उसने चण्डी की उपासना की। चण्डी ने सोलहवें दिन उसको स्वप्न में दर्शन दिया और कहा- हे धनेश्वर ! जा तेरे पुत्र होगा, परन्तु वह सोलह वर्ष की आयु में ही मृत्यु को प्राप्त हो जाएगा। यदि तुम दोनों स्त्री पुरुष ३२ पूर्णमासियों का व्रत विधि पूर्वक करोगे तो वह दीर्घ आयु होगा। जितनी तुम्हारी सामर्थ्य हो उतने आटे के दीए बनाकर शिवजी का पूजन करना, परन्तु पूर्णमासी को 32 हो जाना चाहिए। प्रातःकाल होने पर इस स्थान के समीप ही तुम्हें एक आम का वृक्ष दिखाई देगा, उस वृक्ष का फल तोड़कर शीघ्र अपने घर चले जाना, अपनी स्त्री से सब वृत्तान्त कहना। ऋतु-स्नान के पश्चात वह स्वच्छ होकर, शंकरजी का ध्यान करके उस फल को खा लेगी। तब भगवान शंकरजी की कृपा से उसको गर्भ ठहर जाएगा। जब ब्राह्मण प्रातःकाल उठा तो उसने उस स्थान के पास एक आम का वृक्ष देखा, जिस पर बहुत सुंदर एक आम का फल लगा हुआ था। उस ब्राह्मण ने भगवान गणेश जी की प्रार्थना कि और आम के पेड़ पर

चड़कर फल को तोड़ लिया और अपनी स्त्री को लाकर दे दिया और उसकी पत्नी ने अपने पति के कथनानुसार उस फल को खा लिया और वह गर्भवती हो गई। देवी जी की अशिम कृपा से उसे एक सुन्दर पुत्र हुआ, जिसका नाम देवीदास रखा। बालक शुक्लपक्ष के चन्द्रमा की भांति बढने लगा। भवानी की कृपा से वह बालक विद्यापढ़ने में बहुत ही निपुण होगया। दुर्गा जी के अज्ञानुसार उसकी माता ने ३२ पूर्णमासी का व्रत रखना प्रारम्भ कर दिया था, जिससे बालक दीर्घ आयु वाला हो जाए।

सोलहवा साल लगते ही देवीदास के पिता को बहुत ही चिंता हो गई, कहीं उनके पुत्र की मृत्यु इस साल न हो जाए। इस डर से उन्होंने देवीदास के मामा को बुलाया और कहा कि हमारी इच्छा है कि देवीदास एक वर्ष तक काशी में जाकर विद्याध्ययन करे और उसको अकेला भी नहीं छोड़ना चाहिए। इसलिए साथ में तुम चले जाओ और एक वर्ष के पश्चात इसको वापस लौटा लाना। सारा प्रबन्ध करके उनके माता पिता ने देवीदास को एक घोड़े पर बैठाकर उसके मामा के साथ ही काशी भेज दिया। किन्तु ये बात उसके मामा या और किसी को पता नहीं थी। धनेश्वर ने सपत्नीक अपने पूत्र की मंगलकामना तथा दीर्घायु के लिए भगवती की आराधना और पूर्णमासियों का व्रत करना आरम्भ कर दिया। इस प्रकार उन्होंने ३२ पूर्णमासियों का व्रत पूरा किया।

कुछ समय पश्चात एक दिन वह दोनों- मामा और भांजा रात्रि बिताने के लिए एक गांव में ठहरे थे, उस दिन उस गांव में एक ब्राह्मण की सुंदर कन्या का विवाह होने वाला था। जहां बरात रुकी हुई थी वहां पर ही देवीदास और उनके मामा ठहरे हुए थे। संयोगवश लग्न के समय वर को धनुर्वात हो गया। अस्तु वर के पिता ने अपने कुटुम्बियों से परामर्श करके निश्चय किया कि यह देवीदास मेरे पुत्र जैसा ही सुन्दर है, मैं इसके साथ ही लग्न करा दूँ और बाद में विवाह के अन्य कार्य मेरे लड़के के साथ हो जाएंगे। ऐसा सोचकर देवीदास के मामा से जाकर बोला कि तुम थोड़ी देर के लीए अपने भान्जे को हमें दे दो, जिससे विवाह के सभी काम सुचारू रूप से हो सकें। तब उसका मामा कहने लगा कि जो कुछ भी मधुपर्क आदि कन्यादान के समय वर को मिले वह सब हमें दे दिया जाए, तो मेरा भान्जा इस बारात का दूल्हा बन जाएगा। जब दूल्हे के पिता ने यह स्वीकार किया, तो उसने अपने भान्जे को भेज दिया और उसके साथ सब विवाह कार्य रात्रि में विधि-पूर्वक सम्पन्न हो गया। पत्नी के साथ वह भोजन न कर सका और मन में सोचने लगा कि न जाने यह कैसी स्त्री होगी। वह एकांत में सोचते हुए उसकी आँखों में आंसू आ गए। तब वधू ने पूछा कि क्या बात है ? आप इतने उदास क्यों हो रहे हैं। तब उसने सब बातें जो वर के पिता और उसके मामा में हुई थी उसको बतला दी। तब कन्या कहने लगी कि यह ब्रह्म विवाह के विपरीत कैसे हो सकता है। देव, ब्राह्मण और अग्नि के सम्मुख मैंने तुम्हें अपना पति बनाया है तो तुम मेरे पति हो। मैं आपकी ही पत्नी रहूंगी, किसी अन्य की कदापि नहीं।

तब देवीदास ने कहा- ऐसा मत करिए क्योंकि मेरी आयु बहुत थोड़ी है, मेरे पश्चात आपकी क्या गति होगी, इन बातों पर अच्छी तरह विचार लो। लेकिन वह दृढ़ विचार वाली थी, बोली कि जो आपकी गति वही मेरी गति होगी। हे स्वामी ! आप उठिये और भोजन करिए, आप निश्चय ही भूख होंगे। इसके बाद देवीदास और उनकी पत्नी दोनों ने भोजन किया तथा शेष रात्रि वे सोते रहे। प्रातःकाल देवीदास ने अपनी पत्नी को तीन नगों से जड़ी हुई एक अंगूठी दी, एक रूमाल दिया और कहा- हे प्रिय

! इसे लो और संकेत समझकर स्थिर चित्त हो जाओ। मेरा मरण और जीवन जानने के लिए एक पुष्प वाटिका बना लो। जब मेरा प्राण अंत होगा तो ये फूल सुख जाएंगे। ये फिर से हरे भरे हो जाए तो जान लेना की मैं जीवित हूं। यह समझा कर वर वहां से चला गया। प्रातःकाल होते ही वर तथा बराती मण्डप में आए तो कन्या ने वर को देखकर अपने पिता से कहा कि यह मेरा पति नहीं है। यदि वह वही है तो बताए रात्रि में हमारी क्या बातें हुई, मैंने क्या भूषणादि दिए? वह सब सुनाए। पिता ने वर को बुलवाया। कन्या की यह बातें सुनकर वह लज्जित एवं अपमानित होकर वहां से बारात के साथ चला गया।

भगवान कृष्ण बोले- हे माता! देवीदास विद्या अध्ययन के लिए काशी चला गया। कुछ समय बीत गया तो काल से प्रेरित होकर एक सर्प रात्रि के समय उसको डसने के लिए वहां आया। परन्तु व्रत राज के प्रभाव से देवीदास को काट नहीं पाया। इसके बाद मध्याह्न के समय स्वयं काल वहां आया और उसके शरीर से उसके प्राणों को निकालने का प्रयत्न करने लगा। जिससे वह मूर्च्छित होकर पृथ्वी पर गिर पड़ा। भगवान की कृपा से माता पार्वती के साथ शंकरजी वहां पर आ गए। उसको मूर्च्छित दशा में देखकर पार्वती जी ने शंकरजी से कहा कि इसकी माता ने पहले ३२ पूर्णिमा का व्रत किया था, जिसके प्रभाव से हे भगवन्! आप इसको प्राणदान दें। भवानी के कहने पर भगवान् शिवजी ने उसको प्राण दान दे दिया। इस व्रत के प्रभाव से काल को भी पिछे हटना पड़ा और देवीदास स्वस्थ होकर पुन बैठ गया।

उधर उसकी स्त्री उसके काल की प्रतिक्षा किया करती थी। जब उसने देखा की पुष्प-वाटिका में पुष्प और पत्ते नहीं रहे तो उसको अत्यंत आश्चर्य हुआ। लेकिन जब वाटिका हरी-भरी हो गई तो वह जान गई की उसके पति को कुछ नहीं हुआ है। यह देखकर के वह बहुत प्रसन्न मन से अपने पिता से कहने लगी कि पिता जी! मेरे पति जीवित है। आप उनको ढूँढिये।

जब सोलहवां वर्ष व्यतीत हो गया तो देवीदास अपने मामा के साथ काशी से चल दिया। इधर उनके श्वसुर घर से उनको खोजने के लिए जाने वाले ही थे कि वह दोनों मामा-भांजे वहां पहुंच गए, उसको आया देखकर उसका श्वसुर बड़ी प्रसन्नता के साथ घर में ले आया। उस समय नगर के निवासी भी वहां पर एकत्रित हो गए और उन्होंने निश्चय किया कि इस कन्या का विवाह इस ही बालक के साथ हुआ था। कन्या ने भी लड़के को पहचान लिया और कहा कि यह वही है, जो संकेत करके गया था। तदुपरान्त सभी नगर-वासियों ने आनन्द मनाया।

कुछ दिन बाद देवीदास अपनी पत्नि और मामा के साथ बहुत से उपहार लेकर अपने नगर की ओर प्रस्थान किया। जब वह गांव के निकट आ गया तो वहां के लोगों ने उसे देखकर उनके माता-पिता को खबर देदी। तुम्हारा पुत्र अपनी पत्नि और मामा के साथ आ रहा है। ऐसा सुनकर उनके माता पिता बहुत ही खुश हुए। पुत्र और पुत्र वधु की आने की खुशी में धनेश्वर ने बहुत बड़ा उत्सव मनाया।

भगवान श्री कृष्णजी कहते हैं कि इस प्रकार धनेश्वर ३२ पूर्णिमासी के प्रभाव से पुत्रवान हुआ। जो भी स्त्रीयां इस व्रत को करती हैं, जन्म-जन्मान्तर में वैधव्य का दुख नहीं भोगतीं और सदैव सौभाग्यवती रहती है। यह व्रत पुत्र-पौत्रों को देने वाला तथा सम्पूर्ण मनोकामनाओं को पूर्ण करने वाला है। ३२ पूर्णिमाओं के व्रत करने से व्रती की सब इच्छाएं भगवान शिवजी की कृपा से पूर्ण हो जाती हैं।

❖ पूर्णिमा व्रत उद्यापन विधि

- माता यशोदा की पूर्णमासी व्रत के उद्यापन की विधि जानने की इच्छा जानकर श्री कृष्ण जी बोले- हे माता ! मार्गशीर्ष (अगहन), माघ अथवा वैशाख की पूर्णिमा को व्रत आरम्भ करना चाहिए । और भादों या पौष को छोड़ देना चाहिए ।
- प्रत्येक पूर्णमासी को चन्द्रमा, सत्यनारायण, शिव-पार्वती जी की शास्त्रोक्त रीति से षोडशोपचार पूजन करना चाहिए ।
- आटे का एक दीपक बनाकर उसमें घी व बत्ती डालकर उनके आगे जलाएँ । हर महीने एक-एक दीपक बढ़ाते जाना चाहिए । जब बत्तीस (३२) दीपक पूरे हो जाएँ यानी बत्तीस पूर्णमासी पूरी हो जाएँ तो ज्येष्ठ अथवा किसी भी पूर्णमासी को उद्यापन करना चाहिए ।
- चतुर्दशी के दिन निराहार रहकर उपवास करें । रात्रि को मण्डप बनाकर उसके बीचोंबीच मिट्टी का एक कलश जल भरकर रखें । उसे बांस के एक पात्र से ढक दें । फिर उसे वस्त्र से आच्छादित कर दें । फिर उस पर यथाशक्ति सोने की एक उमा व महेश्वर की प्रतिमा स्थापित करें ।
- उपरोक्त विधि के अनुसार यथावत् उनका पूजन करें तथा धूप, दीप, नैवेद्य, फल-फूल अर्पण करें।
- रात्रि में गाना-बजाना, कीर्तन, नृत्य आदि करके जागरण करें ।
- प्रातःकाल नित्यकर्म से निवृत्त होकर स्नान-ध्यान करके अग्नि स्थापित करके तिल, जौं, चावल, शर्करा, घृत तथा अन्य चन्दनादि सुगन्धित द्रव्यों के संकल्प से ‘ॐ नमः शिवाय’ ॐ रामाय नमः’ ॐ सौ सोमाय नमः इस मन्त्र से १०८ बार आहुति दें ।
- इस प्रकार हवन करके दश-दिग्पालों एवं स्थापित देवताओं को बलि दें ।
- और पूर्णाहुति दें, अनन्तर आरती करें। इसके पश्चात् यथाशक्ति ब्राह्मणों को उनकी पत्नियों सहित भोजन कराएँ और अपने कुटुम्बियों सहित प्रसाद ग्रहण करें ।
 - मन्त्रहीनं क्रियाहीनं, भक्तिहीनं, सुरेश्वरं !
यत्पूजितं मया देवं, परिपूर्णम् तदस्तु मे ॥
 - अर्थ - हे देव ! मैंने जो मन्त्रहीन, क्रियाहीन और भक्तिहीन पूजन किया है यह सब आपकी कृपा से पूर्ण हो । देवादिदेव ! आपको नमस्कार है ।
- मन्त्र द्वारा विसर्जन करें, आचार्य को दक्षिणा दें और दूध देने वाली गाय बछड़े युक्त दान में दें ।
- श्री कृष्ण भगवान् ने कहा कि इस प्रकार करने वाली स्त्रियाँ जन्म-जन्मान्तर में कभी विधवा नहीं होतीं । वे इस लोक में उत्तमोत्तम भोगों को भोगकर अन्त में स्वर्ग को प्राप्त होती हैं।

॥ चैत्र पूर्णिमा (हनुमान जयन्ती) ॥

पूर्णिमा तिथि चित्रा नक्षत्र से युक्त होने के कारण ही चैत्र माह की पूर्णिमा को चैत्र पूर्णिमा कहते हैं। चैत्र पूर्णिमा को चैत्र पूनम, मधु पूर्णम जैसे नामों से भी जाना जाता है। इस दिन पवित्र नदियों में स्नान और दान का बड़ा ही महत्व है। इससे व्यक्ति को जीवन में तरक्की मिलती है और वह खूब आगे बढ़ता है।

❖ चैत्र पूर्णिमा व्रत का महत्व

- चैत्र पूर्णिमा नव संवत्सर की पहली पूर्णिमा मानी जाती है।
- ब्रह्म पुराणानुसार चैत्र पूर्णिमा शनि, रवि और गुरुवार युक्त होने पर नदी, तीर्थ, सरोवर और पवित्र जलकुंड में स्नान श्राद्ध करने से अश्वमेध यज्ञ का फल प्राप्त होता है। एवं समस्त पापों से मुक्ति मिलती है।
- इस दिन जप, हवन और व्रत भी किया जाता है।
- इस दिन गरीब-निर्धनों को दान करने से स्वर्ग की प्राप्ति होती है व सुख-सुविधाएं प्राप्त होती है।
- उत्तर भारत में चैत्र पूर्णिमा के दिन हनुमान जयन्ती मनाई जाती है। कहा जाता है कि इसी दिन मां अंजनी के कोख से हनुमान जी का जन्म हुआ था। इस दिन हनुमनजी की विधिवत पूजा करने से हर तरह के संकट मिट जाते हैं, बल-साहस मिलता है, एवं उनकी कृपा प्राप्त होती है।
- इस दिन भगवान विष्णु की पूजा करने का भी विशेष महत्व होता है। ऐसे में यदि जातक घर में भगवान सत्यनारायण की विधि पूर्वक पूजा कर उनकी कृपा पाने के लिए सत्यनारायण की कथा सुनते हैं और पूर्णिमा का उपवास रखते हैं। इससे घर में सुख और समृद्धि बढ़ती है। और सभी प्रकार के कष्टों से छुटकारा मिलता है।
- चैत्र पूर्णिमा के दिन भगवान श्रीकृष्ण ने ब्रज नगरी में रास उत्सव रचाया था। अतः इस दिन उनकी पूजा करने उन्हें भोग लगाने से जीवन में सुख और शांति की स्थापना होती है।
- इस दिन रात्रि के समय चंद्रमा की पूजा की जाती है। यदि कुंडली में चंद्र दोष है तो वह दूर हो जाता है।
- इस दिन किसी भी प्रकार की तामसिक वस्तुओं का सेवन नहीं करना चाहिए। इस दिन शराब आदि नशे से भी दूर रहना चाहिए। इसके शरीर पर ही नहीं, आपके भविष्य पर भी दुष्परिणाम हो सकते हैं।

❖ चैत्र पूर्णिमा व्रत कैसे करें

- सबसे पहले सुबह उठकर स्नानादि कर साफ वस्त्र धारण करें।
- फिर व्रत का संकल्प लें।
- उसके बाद पवित्र नदी या कुंड में स्नान करें।
- स्नान के समय सूर्य देव की आराधना करें व उनका मंत्र जाप करते हुए अर्घ्य दें।
- उसके बाद मधुसूदन की पूजा करनी चाहिए और उन्हें नैवेद्य अर्पित करना चाहिए।
- भगवान् इन्द्र और महालक्ष्मी जी की पूजा करते हुए घी का दीपक जलाएं।
- लक्ष्मी की प्राप्ति के लिए इस व्रत को विशेष रूप से महिलाएं रखती हैं।
- इस दिन पूरी रात जागकर जो भगवान् का ध्यान करते हैं उन्हें धन-संपत्ति प्राप्ति होती है।
- रात के वक्त चंद्रमा को अर्घ्य देने के बाद ही खाना खाएं।
- फिर गरीब निर्धनों या जरूरतमंदों को दान दक्षिणा देना चाहिए।

❖ चैत्र पूर्णिमा की कथा

॥ वैशाख पूर्णिमा (बुद्ध पूर्णिमा) ॥

हिंदू धर्म में पूर्णिमा तिथि का बहुत अधिक महत्व होता है। पूर्णिमा तिथि को बेहद ही शुभ माना जाता है। ५६३ ईसा पूर्व वैशाख पूर्णिमा के दिन ही भगवान विष्णु के ९ वें अवतार भगवान बुद्ध का जन्म हुआ था। इसी दिन बोधगया में पीपल के वृक्ष के नीचे उन्हें ज्ञान की प्राप्ति हुई थी और इसी दिन ही भगवान बुद्ध ने ४८३ ईसा पूर्व में ८० साल की उम्र में, गोरखपुर से ५० किमी दूर देवरिया के कुशीनगर में उनका महा-निर्वाण भी हुआ था। इस दिन को बुद्ध पूर्णिमा या बुद्ध जयंती के नाम से भी जाना जाता है।

❖ वैशाख पूर्णिमा व्रत का महत्व

- वैशाख पूर्णिमा के दिन ही भगवान विष्णु के ९ वें अवतार भगवान बुद्ध का जन्म हुआ था।
- मान्यता है कि भगवान कृष्ण के बचपन के दोस्त सुदामा वैशाख पूर्णिमा के दिन ही उनसे मिलने पहुंचे थे। इसी दौरान जब दोनों दोस्त साथ बैठे तब कृष्ण ने सुदामा को सत्यविनायक व्रत का विधान बताया था। सुदामा ने इस व्रत को विधिवत किया और उनकी गरीबी नष्ट हो गई।
- इस दिन धर्मराज की पूजा करने की भी मान्यता है, कहते हैं कि सत्य-विनायक व्रत से धर्मराज खुश होते हैं। माना जाता है कि धर्मराज मृत्यु के देवता हैं इसलिए उनके प्रसन्न होने से अकाल मौत का डर कम हो जाता है।
- वैशाख पूर्णिमा का अपना-अलग ही महत्व है। इसका कारण यह है कि इस माह होने वाली पूर्णिमा को सूर्य अपनी उच्च राशि मेष में और चन्द्रमा भी अपनी उच्च राशि तुला में होता है। कहते हैं कि बुद्ध पूर्णिमा के दिन किया गया स्नान कई जन्मों के पापों का नाश करता है।
- इस दिन विधि- विधान से पूजा- अर्चना करने से सभी मनोकामनाएं पूरी हो जाती हैं। इस दिन स्नान- दान का भी बहुत अधिक महत्व होता है।

❖ वैशाख पूर्णिमा व्रत के दिन क्या करें

- सूरज उगने से पहले उठकर घर की साफ-सफाई करें।
- वैशाख पूर्णिमा पर नदी, तीर्थ, सरोवर और पवित्र जलकुंड में स्नान करने से पुण्य की प्राप्ति होती है, एवं समस्त पापों से मुक्ति मिलती है। किन्तु किसी कारण बस तीर्थ पर न जा पायें तो घर में ही रहें और नहाने के पानी में गंगा जल डालकर स्नान करें।
- घर के मंदिर में विष्णु जी की दीपक जलाकर पूजा करें और घर को फूलों से सजाएं।
- घर के मुख्य द्वार पर हल्दी, रोली या कुमकुम से स्वस्तिक बनाएं और गंगाजल छिड़कें।
- वैशाख पूर्णिमा के दिन व्रत रखें।
- पूर्णिमा के दिन भगवान विष्णु एवं माता लक्ष्मी की पंचोपचार पूजा-अर्चना, सात्विक चीजों का भोग लगायें एवं आरती करें।
- बोधिवृक्ष के आस-पास दीपक जलाएं और उसकी जड़ों में दूध विसर्जित कर फूल चढ़ाएं।
- गरीबों को भोजन और कपड़े दान करें।
- पूर्णिमा पर चंद्रमा की पूजा एवं ढलने के बाद उगते चंद्रमा को जल अर्पित (अर्घ्य) करें।

❖ बुद्ध पूर्णिमा के दिन क्या ना करें

- बुद्ध पूर्णिमा के दिन मांस ना खाएं।
- घर में किसी भी तरह का कलह ना करें।
- किसी को भी अपशब्द ना कहें।
- झूठ बोलने से बचें।

❖ भगवान बुद्ध के उपदेश

- भगवान बुद्ध ने अपने उपदेशों में बताया है कि क्रोध से किसी और का नहीं, बल्कि स्वयं मनुष्य का ही नुकसान होता है। क्रोधित होने का अर्थ है कि जलता हुआ कोयला हाथ में लेकर किसी और पर फेंकना, जो सबसे पहले खुद आपको ही जलाएगा।
- भगवान बुद्ध कहते हैं कि खुशी उस रोशनी के समान है, जिसे आप जितना दूसरों को देंगे, वो उतना ही और बढ़ेगी। जैसे कि एक जलता हुआ दीप, हजार दीप जलाकर रोशनी फैला सकता है, लेकिन इससे उसकी रोशनी पर कोई प्रभाव नहीं होगा, वैसे ही खुशियां बांटने से बढ़ती हैं।
- व्यक्ति अपने अच्छे और बुरे स्वास्थ्य का जिम्मेदार स्वयं होता है। इसीलिए खान-पान और दिनचर्या का ध्यान रखना चाहिए।
- जो बुरा समय बीत गया हो उसको याद नहीं करना चाहिए। भविष्य के लिए सपने नहीं देखना चाहिए, बल्कि वर्तमान में ही ध्यान केंद्रित करना चाहिए।

❖ वैशाख पूर्णिमा की कथा

॥ ज्येष्ठ पूर्णिमा (वट सावित्री व्रत) ॥

भारतीय कैलेंडर के अनुसार, वर्ष के तीसरे महीने को ज्येष्ठ कहा जाता है। यह महीना आमतौर पर चिलचिलाती गर्मी, यानी मई और जून के महीने में आता है। वैदिक ज्योतिष के अनुसार, जब सूर्य वर्ष के दूसरे महीने में वृषभ राशि में प्रवेश करता है, तो यह ज्येष्ठ मास की शुरुआत का प्रतीक है।

इस व्रत की तिथि को लेकर भिन्न मत हैं। स्कंद पुराण तथा भविष्योत्तर पुराण के अनुसार ज्येष्ठ मास के शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा को यह व्रत करने का विधान है, वहीं निर्णयामृत आदि के अनुसार ज्येष्ठ मास की अमावस्या को व्रत करने की बात कही गई है।

कई व्रत विशेषज्ञ यह व्रत ज्येष्ठ मास की त्रयोदशी से अमावस्या तक तीन दिनों तक करने में भरोसा रखते हैं। विष्णु उपासक इस व्रत को पूर्णिमा को करना ज्यादा हितकर मानते हैं।

इस व्रत को उत्तर भारत के कई इलाकों जैसे पंजाब, हरियाणा, दिल्ली, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश और उड़ीसा में भी मनाया जाता है। वहीं महाराष्ट्र, गुजरात और दक्षिणी भारतीय राज्यों में इसके १५ दिन बाद यानी ज्येष्ठ शुक्ल पूर्णिमा को वट सावित्री व्रत रखा जाता है।

❖ ज्येष्ठ पूर्णिमा व्रत का महत्व

- ज्येष्ठ पूर्णिमा के अन्य नाम देव स्नान पूर्णिमा, पूर्णमी और वट पूर्णिमा हैं।
- वट सावित्री व्रत में 'वट' और 'सावित्री' दोनों का विशिष्ट महत्व माना गया है।
- पाराशर मुनि के अनुसार- 'वट मूले तोपवासा' ऐसा कहा गया है।
- पुराणों में यह स्पष्ट किया गया है कि वट में ब्रह्मा, विष्णु व महेश तीनों का वास है।
- हिंदू शास्त्रों के मुताबिक ज्येष्ठ पूर्णिमा पर जो सुहागिन महिलाएं इस दिन व्रत रखती हैं और विधि विधान पूजा करती हैं उनको सौभाग्य की प्राप्ति होती है, साथ ही उनके पति और बच्चों की आयु भी बढ़ती है, इसके अलावा सभी पापों से मुक्ति से भी मिलती है।
- ज्येष्ठ मास में राजा भागीरथ के अथक प्रयासों के कारण गंगा नदी पृथ्वी पर आई थी।
- दार्शनिक दृष्टि से देखें तो वट वृक्ष दीर्घायु व अमरत्व-बोध के प्रतीक के नाते भी स्वीकार किया जाता है। वट वृक्ष ज्ञान व निर्वाण का भी प्रतीक है। भगवान बुद्ध को इसी वृक्ष के नीचे ज्ञान प्राप्त हुआ था। इसलिए वट वृक्ष को पति की दीर्घायु के लिए पूजना इस व्रत का अंग बना।

❖ ज्येष्ठ पूर्णिमा व्रत की विधि

- ज्येष्ठ पूर्णिमा के दिन सुहागिन महिलाएं अपने पति की लंबी उम्र और अपने घर की खुशियों के लिए वट-सावित्री व्रत रखती हैं।
- इस दिन सूर्योदय से पहले उठें और स्नान कर स्वच्छ हो जाएं।
- इस दिन महिलाओं को गहने और माथे पर सिंदूर के साथ अपनी दुल्हन की पोशाक पहननी चाहिए।

- पूजा स्थल पर पहले रंगोली बना लें, उसके बाद फूल माला, अगरबत्ती, दीपक, सिंदूर, चालव आदि पूजा सामग्री को थाली में सजाकर लाल कपड़े से ढक कर वहां रखें।
- वट (बरगद) के पेड़ के नीचे के स्थान को अच्छे से साफ कर वहां पर एक चौकी पर लाल रंग का कपड़ा बिछाकर उस पर लक्ष्मी-नारायण, शिव-पार्वती और सावित्री-सत्यवान की प्रतिमा या मूर्ति स्थापित करें।
- सबसे पहले गणेश जी और माता गौरी की पूजा करें। तत्पश्चात बरगद के वृक्ष की पूजा करें।
- इसके बाद वट वृक्ष पर जल चढ़ाएं एवं विधि विधान से सभी देवताओं की पूजा-अर्चना करें।
- पूजा में जल, मौली, रोली, कच्चा सूत, भिगोया हुआ चना, फूल तथा धूप का प्रयोग करें।
- फिर वट वृक्ष के तने के चारों ओर कच्चा धागा लपेट कर तीन या सात बार परिक्रमा करें।
- भिगोया हुआ चना, वस्त्र और कुछ धन अपनी सास को देकर आशिर्वाद प्राप्त करें।
- सावित्री-सत्यवान की कथा का पाठ करें और अन्य लोगों को भी सुनाएं।
- पूजा करने के साथ सुहागिन महिलाएं वट वृक्ष की आरती करें।
- ज्येष्ठ पूर्णिमा के दिन सभी को प्रसाद के रूप में मिठाई, फल आदि को वितरित करें।

❖ ज्येष्ठ पूर्णिमा की कथा (वट सावित्री व्रत कथा)

भद्रदेश के एक राजा थे, जिनका नाम अश्वपति था। उन्हें कोई संतान न थी, उन्होंने संतान की प्राप्ति के लिए मन्त्रोच्चारण के साथ प्रतिदिन एक लाख आहुतियां दीं। अठारह वर्षों तक वह ऐसा करते रहे। इसके बाद सावित्री देवी ने प्रकट होकर वर दिया कि राजन तुझे एक तेजस्वी कन्या पैदा होगी। सावित्री देवी की कृपा से जन्म होने के कारण उसका नाम सावित्री रखा गया। कन्या बड़ी होकर बेहद रूपवान हुई। योग्य वर न मिलने की वजह से सावित्री के पिता दुःखी थे। उन्होंने कन्या को स्वयं वर तलाशने भेजा।

सावित्री तपोवन में भटकने लगी। वहां साल्व देश के राजा द्युमत्सेन रहते थे, क्योंकि उनका राज्य किसी ने छीन लिया था। उनके पुत्र सत्यवान को देखकर सावित्री ने पति के रूप में उनका वरण किया। ऋषिराज नारद को जब यह बात पता चली तो वह राजा अश्वपति के पास पहुंचे और कहा कि हे राजन ! यह क्या कर रहे हैं आप ? सत्यवान गुणवान हैं, धर्मात्मा हैं और बलवान भी हैं, पर उसकी आयु बहुत छोटी है, वह अल्पायु हैं। एक वर्ष के बाद ही उसकी मृत्यु हो जाएगी।

ऋषिराज नारद की बात सुनकर राजा अश्वपति घोर चिंता में डूब गए। सावित्री ने उनसे कारण पूछा, तो राजा ने कहा, पुत्री तुमने जिस राजकुमार को अपने वर के रूप में चुना है वह अल्पायु हैं। तुम्हें किसी और को अपना जीवन साथी बनाना चाहिए।

इस पर सावित्री ने कहा कि पिताजी, आर्य कन्याएं अपने पति का एक बार ही वरण करती हैं, राजा एक बार ही आज्ञा देता है और पंडित एक बार ही प्रतिज्ञा करते हैं और कन्यादान भी एक ही बार किया जाता है। सावित्री हठ करने लगीं और बोलीं मैं सत्यवान से ही विवाह करूंगी। राजा अश्वपति ने सावित्री का विवाह सत्यवान से कर दिया।

सावित्री अपने ससुराल पहुंचते ही सास-ससुर की सेवा करने लगी। समय बीतता चला गया। नारद मुनि ने सावित्री को पहले ही सत्यवान की मृत्यु के दिन के बारे में बता दिया था। वह दिन जैसे-जैसे करीब आने लगा, सावित्री अधीर होने लगीं। उन्होंने तीन दिन पहले से ही उपवास शुरू कर दिया। नारद मुनि द्वारा कथित निश्चित तिथि पर पितरों का पूजन किया। हर दिन की तरह सत्यवान उस दिन भी लकड़ी काटने जंगल चले गये साथ में सावित्री भी गईं। जंगल में पहुंचकर सत्यवान लकड़ी काटने के लिए एक पेड़ पर चढ़ गये। तभी उसके सिर में तेज दर्द होने लगा, दर्द से व्याकुल सत्यवान पेड़ से नीचे उतर गये। सावित्री अपना भविष्य समझ गईं।

सत्यवान के सिर को गोद में रखकर सावित्री सिर सहलाने लगीं। तभी वहां यमराज आते दिखे। यमराज अपने साथ सत्यवान को ले जाने लगे। सावित्री भी उनके पीछे-पीछे चल पड़ीं। यमराज ने सावित्री को समझाने की कोशिश की कि यही विधि का विधान है। लेकिन सावित्री नहीं मानी।

सावित्री की निष्ठा और पति-परायणता को देख कर यमराज ने सावित्री से कहा कि हे देवी, तुम धन्य हो, तुम मुझसे कोई भी वरदान मांगो। सावित्री ने कहा कि मेरे सास-ससुर वनवासी और अंधे हैं, उन्हें आप दिव्य ज्योति प्रदान करें। यमराज ने कहा ऐसा ही होगा, जाओ अब लौट जाओ, लेकिन सावित्री अपने पति सत्यवान के पीछे-पीछे चलती रहीं। यमराज ने कहा देवी तुम वापस जाओ, सावित्री ने कहा भगवन मुझे अपने पति देव के पीछे-पीछे चलने में कोई परेशानी नहीं है। पति के पीछे चलना मेरा कर्तव्य है। यह सुनकर उन्होंने फिर से उसे एक और वर मांगने के लिए कहा, सावित्री बोलीं हमारे ससुर का राज्य छिन गया है, उसे पुनः वापस दिला दें। यमराज ने सावित्री को यह वरदान भी दे दिया और कहा अब तुम लौट जाओ, लेकिन सावित्री पीछे-पीछे चलती रहीं।

यमराज ने सावित्री को तीसरा वरदान मांगने को कहा, इस पर सावित्री ने 100 संतानों और सौभाग्य का वरदान मांगा। यमराज ने इसका वरदान भी सावित्री को दे दिया, सावित्री ने यमराज से कहा कि प्रभु मैं एक पतिव्रता पत्नी हूं और आपने मुझे पुत्रवती होने का आशीर्वाद दिया है। यह सुनकर यमराज को सत्यवान के प्राण छोड़ने पड़े। यमराज अंतर्ध्यान हो गए और सावित्री उसी वट वृक्ष के पास आ गई जहां उसके पति का मृत शरीर पड़ा था।

सत्यवान जीवन्त हो गया और दोनों खुशी-खुशी अपने राज्य की ओर चल पड़े। दोनों जब घर पहुंचे तो देखा कि माता-पिता को दिव्य ज्योति प्राप्त हो गई है। इस प्रकार सावित्री-सत्यवान चिरकाल तक राज्य सुख भोगते रहे।

हे देवी ! जो पुरुष ज्येष्ठ की पूर्णिमा के दिन विधि पूर्वक सावित्री के पूजन स्थल (वट-वृक्ष) की १०८ या ५४ अथवा १७ प्रदक्षिण यत्नपूर्वक करते हैं तो उनके द्वारा अज्ञानपूर्वक किये हुए पाप नष्ट हो जाते हैं। इसमें कोई सन्देह नहीं है, जो व्यक्ति वट-वृक्ष के नीचे संध्या-वन्दन करते हैं। उनके द्वारा १२ वर्ष तक की संध्योपासना की हुई मानी जाती है। पाण्डु-कृप में स्नान करने में अश्वमेध यज्ञ का फल होता है। दान देने से १० गुना फल और उपवास करने तथा सुनने से अनन्त फल होता है।

॥ आषाढ पूर्णिमा (गुरु पूर्णिमा) ॥

यह पर्व हिन्दू पंचांग के हिन्दू माह आषाढ़ की पूर्णिमा (जून-जुलाई) मनाया जाता है। आषाढ़ मास में, पूर्णिमा के दिन, चंद्रमा पूर्वाषाढ़ा या उत्तराषाढ़ा नक्षत्र में स्थित होता है। यदि आषाढ़ मास की पूर्णिमा तिथि पर, चंद्रमा उत्तराषाढ़ा नक्षत्र में है, तो पूर्णिमा को समृद्धि और प्रचुरता प्राप्त करने के लिए बहुत ही शुभ और भाग्यशाली माना जाता है।

आषाढ़ मास की पूर्णिमा को गुरु पूर्णिमा कहते हैं। इस दिन गुरु पूजा का विधान है। इसको भारत, नेपाल और भूटान में हिन्दू, जैन और बौद्ध धर्म के अनुयायी उत्सव के रूप में मनाते हैं। यह पर्व हिन्दू, बौद्ध और जैन अपने आध्यात्मिक शिक्षकों / अधिनायकों के सम्मान और उन्हें अपनी कृतज्ञता दिखाने के रूप में मनाया जाता है।

पूरे भारत में यह पर्व बड़ी श्रद्धा के साथ मनाया जाता है। प्राचीन काल में जब विद्यार्थी गुरु के आश्रम में निःशुल्क शिक्षा ग्रहण करते थे तो इसी दिन श्रद्धा भाव से प्रेरित होकर अपने गुरु की पूजा का आयोजन करते थे। इस दिन केवल गुरु की ही नहीं किन्तु अपने घर में अपने से जो बड़ा है अर्थात् पिता और माता, भाई-बहन आदि को भी गुरु तुल्य समझ कर उनकी पूजा की जाती है।

इस दिन से चार महीने तक परिव्राजक साधु-सन्त एक ही स्थान पर रहकर ज्ञान की गंगा बहाते हैं। ये चार महीने मौसम की दृष्टि से भी सर्वश्रेष्ठ होते हैं। न अधिक गर्मी और न अधिक सर्दी। इसलिए अध्ययन के लिए उपयुक्त माने गए हैं। जैसे सूर्य के ताप से तप्त भूमि को वर्षा से शीतलता एवं फसल पैदा करने की शक्ति मिलती है, वैसे ही गुरु-चरणों में उपस्थित साधकों को ज्ञान, शान्ति, भक्ति और योग शक्ति प्राप्त करने की शक्ति मिलती है।

शास्त्रों में गु का अर्थ बताया गया है- अंधकार या मूल अज्ञान और रु का का अर्थ किया गया है- उसका निरोधक। गुरु को गुरु इसलिए कहा जाता है कि वह अंधकार को हटाकर प्रकाश की ओर ले जाने वाले को 'गुरु' कहा जाता है।

■ अज्ञान तिमिरांधश्च ज्ञानांजन शलाकया, चक्षुन्मीलितम तस्मै श्री गुरुवै नमः ।

गुरु तथा देवता में समानता के लिए एक श्लोक में कहा गया है कि जैसी भक्ति की आवश्यकता देवता के लिए है वैसी ही गुरु के लिए भी। बल्कि सद्गुरु की कृपा से ईश्वर का साक्षात्कार भी संभव है। गुरु की कृपा के अभाव में कुछ भी संभव नहीं है।

❖ आषाढ पूर्णिमा व्रत का महत्व

- आषाढ मास की पूर्णिमा को गुरु पूर्णिमा कहते हैं। इस दिन गुरु पूजा का विधान है।
- यह दिन महाभारत के रचयिता कृष्ण द्वैपायन व्यास का जन्मदिन भी है। वे संस्कृत के प्रकांड विद्वान थे और उन्होंने चारों वेदों की रचना की थी। इस कारण उनका नाम वेद व्यास है। उन्हें आदिगुरु कहा जाता है और उनके सम्मान में गुरु पूर्णिमा को व्यास पूर्णिमा नाम से भी जानते हैं।
- भक्तिकाल के संत घीसादास का भी जन्म इसी दिन हुआ था वे कबीरदास के शिष्य थे।
- आषाढ पूर्णिमा पर, लोग गोपद (गाय) व्रत का पालन करते हैं और भगवान विष्णु की विशेष पूजा करते हैं। ऐसा कहा जाता है कि गोपद व्रत बहुत फलदायी है और सभी प्रकार के आशीर्वाद और व्रत करने वाले को प्रसन्नता प्रदान करता है।
- आषाढ पूर्णिमा (अधिकमास हो) के दिन कोकिला व्रत मनाया जाता है। इस व्रत का महत्व कुंवारी कन्याओं के लिए होता है। इस व्रत को पूरे मन से रखने पर उन्हें योग्य वर की प्राप्ति होती है। शादीशुदा महिलाएं इस व्रत को अपने पति की लंबी आयु के लिए रखती हैं। साथ ही शादी में आ रही बाधा दूर हो जाती है और योग्य वर मिलता है। खासकर, अविवाहित लड़कियों को यह व्रत जरूर करना चाहिए। ज्यादातर यह पर्व दक्षिण भारत में मनाया जाता है।
- उत्तराषाढा या पूर्वाषाढा के अंतर्गत जन्म लेने वाले जातकों को आषाढ पूर्णिमा पर दान या ध्यान करना चाहिए। ऐसा करने से आध्यात्मिक लाभ और समाधान प्राप्त करने में मदद मिलती है।
- आषाढ पूर्णिमा पर सरस्वती पूजा करने से छात्रों और उन लोगों के लिए बहुत लाभ और फल प्राप्त हो सकते हैं जो कोई कौशल सीख रहे हैं।

❖ आषाढ पूर्णिमा व्रत के दिन क्या करें

- व्रती को प्रातःकाल उठकर स्नानादि के पश्चात स्वच्छ वस्त्र धारण करने चाहिये।
- स्नान के पश्चात पीले कपड़े पहन कर सूर्य को अर्घ्य देना चाहिए।
- व्रत के पूरे दिन भगवान श्री विष्णु एवं माता लक्ष्मी की पूजा करें या उनका पाठ करें। महान लाभों के लिए सत्यनारायण कथा को भी पढ़ या सुन सकते हैं।
- भगवान का पंचामृत से अभिषेक करके गंगाजल अर्पित करना चाहिए।
- धूप, दीप, पुष्प, गंध आदि से विधिनुसार पूजा करनी चाहिये।
- भगवान श्री हरि के पूजन के पश्चात विद्वान ब्राह्मण या किसी जरूरतमंद को भोजन करवाकर सामर्थ्यनुसार दान-दक्षिणा देकर प्रसन्न करना चाहिये।
- कहा जाता है कि आषाढ पूर्णिमा की सुबह पीपल के पेड़ के नीचे देवी लक्ष्मी की पूजा करने से व्यक्ति को जीवन में धन और समृद्धि प्राप्त हो सकती है।
- गोपद व्रत का पालन करने वाले को गायों के सिर पर तिलक लगा कर पूजा करनी चाहिए और भोजन कराना चाहिए। और उसका आशीर्वाद लेना चाहिए।

❖ आषाढ पूर्णिमा की कथा (कोकिला व्रत कथा)

कोकिला व्रत की कथा का संबंध भगवान शिव और देवी सती से है। इस कथा में माता सती भगवान को पाने के लिए एक लम्बे समय तक कठोर तपस्या को करके उन्हें फिर से जीवन में पाती हैं।

कोकिला व्रत कथा शिव पुराण में भी वर्णित बतायी जाती है। इस कथा के अनुसार देवी सती ने भगवान को अपने जीवन साथी के रूप में पाया। इस व्रत का प्रारम्भ माता पार्वती के पूर्व जन्म के सती रूप से है। देवी सती का जन्म राजा दक्ष की बेटी के रूप में होता है। राजा दक्ष को भगवान शिव से बहुत नफरत करते थे। परंतु देवी सती अपने पिता के अनुमति के बिना भगवान शिव से विवाह करती हैं। दक्ष सती को अपने मन से निकाल देते हैं और उसे अपने सभी अधिकारों से वंचित कर देते हैं। राजा दक्ष अपनी पुत्री सती से इतने क्रोधित होते हैं कि उन्हें अपने घर से सदैव के लिए निकाल देते हैं।

एक बार अपनी राजधानी कनखल में दक्ष के द्वारा एक विराट यज्ञ का आयोजन किया गया, जिसमें राजा दक्ष न तो भगवान शिव को आमंत्रित किया और न ही अपनी पुत्री सती को, सती ने रोहिणी को चंद्रमा के साथ विमान से जाते देखा और सखी के द्वारा यह पता चलने पर कि वे लोग उन्हीं के पिता दक्ष के विराट यज्ञ में भाग लेने जा रहे हैं, सती का मन भी वहाँ जाने को व्याकुल हो गया। माता सती ने भगवान शिव से अपने पिता के यहां जाने के लिए आज्ञा मांगी, भगवान शिव के समझाने के बावजूद कि बिन बुलाए अपने मां बाप के घर भी नहीं जाना चाहिए परंतु सती की व्याकुलता बनी रही और भगवान शिव के न कहने के बाद भी माता सती बिना बुलाये यज्ञ में पहुँच गयी।

परंतु वहाँ जाकर भगवान शिव का यज्ञ-भाग न देखकर सती ने घोर आपत्ति जतायी और दक्ष के द्वारा सती के तथा उनके पति भगवान शिव के प्रति भी घोर अपमानजनक बातें कहने के कारण सती ने योगाग्नि से अपने शरीर को भस्म कर डाला।

इस समाचार को सुनकर अत्यंत कुपित भगवान शिव ने अपनी जटा से वीरभद्र को उत्पन्न किया और वीरभद्र ने गण सहित जाकर दक्ष यज्ञ को विध्वंस कर डाला। शिव के विरोधी देवताओं तथा ऋषियों को यथायोग्य दंड दिया तथा दक्ष के सिर को काट कर हवन कुंड में जला डाला। तत्पश्चात देवताओं सहित ब्रह्मा जी के द्वारा स्तुति किए जाने से प्रसन्न भगवान शिव ने पुनः यज्ञ में हुई क्षतियों की पूर्ति की तथा दक्ष का सिर जल जाने के कारण बकरे का सिर जुड़वा कर उन्हें भी जीवित कर दिया। फिर उनके अनुग्रह से यज्ञ पूर्ण हुआ।

परन्तु भगवान शिव ने माता सती की आज्ञा का उलंघनता को क्षमा नहीं कर सके और उन्होंने माता सती को दस हजार वर्षों तक कोकिला पक्षी बनने का श्राप दे दिया। दस हजार वर्ष पश्चात् माता सती ने पार्वती रूप में जन्म लेकर आषाढ़ माह में एक माह का व्रत रखकर भगवान शिव को पति के रूप में प्राप्त किया।

॥ श्रावण पूर्णिमा (नारयली पूर्णिमा) ॥

हिंदू शास्त्रों के अनुसार श्रावण मास की पूर्णिमा को विशेष महत्व दिया जाता है। रक्षाबंधन का त्योहार भी श्रावण मास की पूर्णिमा के दिन ही मनाया जाता है। यह दिन चंद्र दोष से मुक्त होने के लिए अत्यंत ही महत्वपूर्ण है।

भारत में श्रावण पूर्णिमा को कई नामों से पुकारा जाता है। दक्षिण भारत में नारयली पूर्णिमा व अवनी अवित्तम, मध्य भारत में कजरी पूनम, उत्तर भारत में रक्षा बंधन और गुजरात में पवित्रोपना के रूप में मनाया जाता है। हमारे त्योहारों की यही विविधता ही तो भारत की विशिष्टता की पहचान है। आइए अब हम देखते हैं कि इस दिन को भारतवासी कैसे अलग-अलग रूपों में मनाते हैं।

❖ श्रावण पूर्णिमा व्रत का महत्व

नारयली पूर्णिमा - पश्चिमी घाट पर रहने वाले लोगों का एकमात्र आधार समुद्र ही है। समुद्री सामग्री पर जीवन निर्वाह करने वाले लोग इस दिन समुद्र के देवता वरुण की पूजा करते हैं। यह समय मानसून की वापसी का होता है इस कारण समुद्र भी शांत होता है। मछुआरे अपनी-अपनी नावों को सजाकर समुद्र के किनारे लाते हैं। नाचते गाते हैं और वरुण देवता को नारियल अर्पित कर प्रार्थना करते हैं कि उनका जीवन निर्वाह अच्छे से हो।

नारियल इसलिए अर्पित किया जाता है क्योंकि नारियल की तीन आँखे होने के कारण उसे शिव का प्रतीक माना जाता है। हमारे देश में किसी भी काम की शुरूआत से पहले भगवान को नारियल अर्पित करना उनसे आशीर्वाद लेने तथा उन्हें धन्यवाद देने का सबसे प्रचलित तरीका है।

अवनी अवित्तम - तमिलनाडु, केरल, उड़ीसा और महाराष्ट्र में यजुर्वेद पढ़ने वाले ब्राह्मण इस दिन को अवनी अवित्तम के रूप में मनाते हैं। इस दिन पुराने पापों से छुटकारे के लिए महा-संकल्प लिया जाता है। ब्राह्मण स्नान करने के बाद नया यज्ञोपवीत धारण करते हैं।

उपक्रम का अर्थ होता है शुरूआत। इसी दिन से यजुर्वेदी ब्राह्मण अगले छः महीने तक यजुर्वेद पढ़ने की शुरूआत करते हैं। यह दिन इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि भारतीय मिथकों के अनुसार इस दिन भगवान विष्णु ने ज्ञान के देवता हयाग्रीव के रूप में अवतार लिया था।

कजरी पूर्णिमा - यह त्योहार भी श्रावण पूर्णिमा के दिन ही पड़ता है। कजरी पूर्णिमा को मध्य भारत में खासकर मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़ और उत्तर प्रदेश के कुछ भागों में मनाया जाता है। श्रावण अमावस्या के नौवें दिन यानी कि कजरी नवमी से उसकी तैयारी शुरू हो जाती है। यह त्योहार पुत्रवती महिलाएँ मनाती हैं। कजरी नवमी के दिन महिलाएँ पेड़ के पत्तों के पात्रों में खेत से मिट्टी भरकर लाती हैं। इसमें जौ को बोया जाता है। इन पात्रों को अंधेरे में रखा जाता है। जहाँ ये पात्र रखे जाते हैं। वहाँ पर चावल के घोल से चित्रकारी भी की जाती है।

कजरी पूर्णिमा के दिन सारी महिलाएँ इन जौ को सिर पर रखकर जुलूस निकालती हैं और पास के किसी तालाब या नदी में विसर्जित कर देती हैं। महिलाएँ इस दिन उपवास रखकर अपने पुत्र की लंबी आयु की कामना करती हैं।

रक्षाबंधन - उत्तर भारत के अधिकतर हिस्सों में इस दिन बहनें अपने भाइयों की कलाई पर राखी बांधती हैं। उनकी आरती उतारती हैं। इसके बदले में भाई अपनी बहन को उपहार तथा रक्षा का वचन देता है। इस दिन भाई राखी बंधवाने के लिए दूर-दूर से आते हैं।

पवित्रोपना - गुजरात में शिव भगवान की उपासना बड़े जोर-शोर से होती है। पूरे साल लोग शिवलिंग पर जल चढ़ाते हैं। श्रावण पूर्णिमा जल चढ़ाने का अंतिम दिन होता है। इस दिन शिव जी का पूजन भी होता है। पवित्रोपना के तहत रूई की बत्तियाँ पंचगवया (गाय के घी, दुध, दही आदि) में डुबाकर शिव को अर्पित की जाती हैं।

इस दिन को हमारे देश मनाने के कारण और तरीके कितने ही अलग क्यों न हो परंतु इन सबके मूल में रक्षा की भावना ही होती है। इससे हमारे देश की अनेकता में एकता की बात पुष्ट होती है।

श्रावण पूर्णिमा के दिन ही अमरानाथ यात्रा खत्म होती है।

यह दिन चंद्रदोष से मुक्त होने के लिए सर्वश्रेष्ठ माना जाता है।

❖ श्रावण पूर्णिमा व्रत विधि

- श्रावण पूर्णिमा पर राखी बांधने को अधिक महत्व दिया जाता है। इसके लिए रेशमी धागे का ही प्रयोग करना चाहिए।
- इस दिन सबसे पहले किसी ब्राह्मण के द्वारा भगवान शिव, भगवान विष्णु और कुल के देवी देवता की पूजा करवा कर रक्षासूत्र बंधवाना चाहिए।
- श्रावण पूर्णिमा के दिन पित्तों का तर्पण भी किया जाता है। इस दिन किसी पवित्र नदी में नहाकर पित्तों का तर्पण अवश्य करें।
- इस दिन स्नान करने के बाद गाय को चारा, चिटियों को बूरा और मछलियों को आटे की गोली बनाकर डालना अत्यंत शुभ होता है।
- इस दिन किसी निर्धन व्यक्ति या किसी ब्राह्मण को दान अवश्य दें।
- यह दिन चंद्र दोष से मुक्त होने के लिए अत्यंत ही महत्वपूर्ण है।

❖ श्रावण पूर्णिमा की कथा

पौराणिक कथा के अनुसार एक नगर में एक तुंगध्वज नाम का राजा राज करता था। एक बार जंगल में वह शिकार करके आया। वह थककर एक बरगद के पेड़ के नीचे बैठ गया। वहां उसने देखा कि कुछ लोग भगवान सत्यनारायण की पूजा कर रहे हैं।

राजा अपने घमंड में इतना चूर था कि वह सत्यनारायण भगवान की कथा में भी नहीं गया और न ही उसने भगवान को प्रणाम किया। गांव वाले उसके पास आए और उसे आदर से प्रसाद दिया। लेकिन राजा इतना घमंडी था कि उसने प्रसाद को नहीं खाया और प्रसाद छोड़कर चला गया। जब राजा अपनी नगरी पहुंचा तो उसने देखा कि दूसरे राज्य के राजा ने उसके राज्य पर हमला कर दिया और उसने सब कुछ तहस-नहस कर दिया। जिसके बाद वह समझ गया कि यह सब भगवान सत्यनारायण के क्रोध के कारण ही हुआ है।

वह वापस उसी जगह पहुंचा और ग्वालों से भगवान का प्रसाद मांगा और अपनी भूल की क्षमा मांगकर प्रसाद को ग्रहण किया। भगवान सत्यनारायण ने राजा को क्षमा कर दिया और सब कुछ पहले जैसी ही कर दिया। राजा ने काफी लंबे समय तक राजसत्ता को सुख भोगा और मरने के बाद उसे स्वर्गलोक की प्राप्ति हुई।

शास्त्रों के अनुसार जो भी व्यक्ति विधि पूर्वक भगवान सत्यनारायण का व्रत और कथा सुनता है। उसे संसार के सभी सुखों की प्राप्ति होती है। उस व्यक्ति पर हमेशा माता लक्ष्मी की कृपा बनी रहती है। वह व्यक्ति कभी भी निर्धन नहीं रहता है और न ही उसे किसी भी प्रकार की कोई परेशानी होती।

सत्यनारायण भगवान की कथा सुनने वाले व्यक्ति को मरने के बाद बैकुंठ धाम की भी प्राप्ति होती है। इसलिए प्रत्येक मनुष्य को भगवान सत्यनारायण की कथा अवश्य सुननी चाहिए। जिससे भगवान सत्यनारायण की कृपा हमेशा प्राप्त होती रहे।

॥ भाद्रपद पूर्णिमा (श्राद्ध, पितृपक्ष, महालय) ॥

प्रत्येक मास की पूर्णिमा तिथि से ही चंद्र वर्ष के महीनों के नामों का निर्धारण हुआ है। मान्यता रही है कि माह में पूर्णिमा के दिन चंद्रमा जिस नक्षत्र में होता है उसी के अनुसार उस माह का नाम रखा जाता है। समस्त 12 महीनों के नाम नक्षत्रों पर आधारित हैं। ऐसे में भाद्रपद पूर्णिमा भी इसे इसीलिये कहा जाता है क्योंकि इस दिन चंद्रमा उत्तर भाद्रपदा या पूर्व भाद्रपदा नक्षत्र में होता है।

भाद्रपद पूर्णिमा के दिन भगवान विष्णु के सत्यनारायण रूप की पूजा की जाती है, साथ ही इस दिन उमा-महेश्वर व्रत भी रखा जाता है। यह पूर्णिमा इसलिए भी महत्व रखती है क्योंकि इसी दिन से पितृ पक्ष यानि श्राद्ध प्रारंभ होते हैं, जो आश्विन अमावस्या पर समाप्त होते हैं।

माता और पिता दोनों का श्राद्ध उनके देहावसान के दिन हिन्दू पंचांग के अनुसार किया जाता है। इसके अलावा प्रतिवर्ष श्राद्ध पक्ष (या पितृपक्ष में सभी पितरों के लिए श्राद्ध किया जाता है। 'पितर' से आधय माता-पिता, नाना-नानी, दादी-दादी, और उनके पहले उत्पन्न सभी सम्बन्धी (मातृपक्ष और पितृपक्ष दोनों के) हैं।

❖ भाद्रपद पूर्णिमा व्रत का महत्व

- भाद्रपद मास की पूर्णिमा से श्राद्ध पक्ष आरंभ होता है जो आश्विन अमावस्या तक चलते है।
- धार्मिक मान्यता है कि भाद्रपद पूर्णिमा के दिन भगवान सत्यनारायण की पूजा करने से सारे कष्ट दूर हो जाते हैं और जीवन में सुख-समृद्धि आती है।
- भविष्य पुराण के अनुसार उमा-महेश्वर व्रत मार्गशीर्ष मास के शुक्ल पक्ष की तृतीया को रखा जाता है लेकिन नारद-पुराण के अनुसार यह व्रत भाद्रपद की पूर्णिमा के दिन मनाया जाता है।

❖ भाद्रपद पूर्णिमा व्रत पूजा विधि

- पूर्णिमा के दिन प्रातःकाल जाग कर व्रत का संकल्प लें और किसी पवित्र नदी, सरोवर या कुंड में स्नान करें।
- यह व्रत स्त्रियों के लिए विशेष महत्व रखता है। इस व्रत के प्रभाव से बुद्धिमान संतान, और सौभाग्य की प्राप्ति होती है।
- घर में पूजा स्थान पर शिव-पार्वती, भगवान सत्यनारायण जी की प्रतिमा को स्थापित करते हुए विधिवत तरीके से उनका ध्यान पूजा करें और उन्हें धूप, दीप, गंध, फूल तथा पंचामृत और चूरमे का प्रसाद शुद्ध घी का भोजन अर्पण करना चाहिए।
- पूजन के बाद भगवान सत्यनारायण की कथा सुननी चाहिये।
- कथा के पश्चात भगवान सत्यनारायण, माता लक्ष्मी, भगवान शिव, माता पार्वती आदि की आरती करें। इसके पश्चात प्रसाद का वितरण करें।
- इस दिन किसी जरूरतमंद व्यक्ति या ब्राह्मण को दान देना चाहिए।

❖ भाद्रपद पूर्णिमा की कथा (उमा-महेश्वर व्रत की कथा)

मत्स्य पुराण के अनुसार एक बार महर्षि दुर्वासा भगवान शिव का दर्शन करके लौट रहे थे, और इस दौरान रास्ते में उनकी भेंट भगवान विष्णु जी से हो गई। भगवान शिव ने दुर्वासा ऋषि को जाते समय एक बिल्वपत्र की माला दी थी। और दुर्वासा ऋषि ने वही बिल्वपत्र की माला भगवान विष्णु को अर्पित कर दी। लेकिन भगवान विष्णु ने वह माला स्वयं ना पहन कर गरुड़ जी को पहना दी। इसे देखकर दुर्वासा ऋषि भगवान विष्णु जी पर क्रोधित हो गए। और उन्होंने भगवान विष्णु को श्राप दे दिया। और श्राप देते हुए दुर्वासा ऋषि ने कहा कि आपके पास से लक्ष्मी इसी वक्त चली जाएंगी। क्योंकि आपने भगवान शंकर का अपमान किया है। इसलिए लक्ष्मी आपके पास से चली जाएंगी। और क्षीर सागर से भी तुम चले जाओगे। और शेषनाग भी तुम्हारी कोई सहायता नहीं कर पाएंगे।

इस श्राप को सुनकर विष्णु भगवान ने महर्षि दुर्वासा से बहुत विनम्र होकर के इस श्राप से मुक्ति का उपाय पूछा। तब दुर्वासा ऋषि ने भगवान विष्णु को बताया कि आप भाद्रपद मास की पूर्णिमा के दिन उमा-महेश्वर व्रत को करें तो आपको इस श्राप से मुक्ति मिल सकती है। तो भगवान श्रीहरि विष्णु ने इस व्रत को किया, और उनको सभी चीजें वापस मिल गई।

शास्त्रों के अनुसार ऐसा कहा जाता है कि इस उमा-महेश्वर व्रत को करने से खोया धन, मान प्रतिष्ठा, नौकरी सब वापस मिल जाते हैं। और व्यक्ति खुशहाल हो जाता है।

॥ आश्विन पूर्णिमा (शरद पूर्णिमा) ॥

हिन्दू पंचांग के अनुसार आश्विन मास की पूर्णिमा को शरद पूर्णिमा, कोजागरी पूर्णिमा, कौमुदी व्रत, कुमार उत्सव, कमला पूर्णिमा या रास पूर्णिमा कहते हैं। इसी दिन श्रीकृष्ण ने महारास रचाया था। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार, देवी लक्ष्मी इसी पूर्णिमा तिथि को समुद्र मंथन से उपन्न हुई थीं। ज्योतिष के अनुसार, इसी दिन चन्द्रमा सोलह कलाओं से परिपूर्ण होकर आकाश से अमृत वर्षा करते हैं। तभी इस दिन उत्तर भारत में खीर बनाकर रात भर चाँदनी में रखने का विधान है।

❖ आश्विन पूर्णिमा व्रत का महत्व

- पूराणों के अनुसार, देवी लक्ष्मी इसी पूर्णिमा तिथि को समुद्र मंथन से उपन्न हुई थीं।
- इसी दिन चन्द्रमा सोलह कलाओं से परिपूर्ण होकर आकाश से अमृत वर्षा करते हैं।
- इसी दिन श्रीकृष्ण ने महारास रचाया था।
- आश्विन मास की शरद पूर्णिमा की तिथि पर महर्षि वाल्मीकि का जन्मदिवस 'वाल्मीकि जयंती' के नाम से मनाया जाता है।

❖ आश्विन पूर्णिमा व्रत पूजा की विधि (शरद, कोजागरी पूर्णिमा)

- इस दिन सुबह ब्रह्म मुहूर्त में उठना चाहिए। साथ ही किसी पवित्र नदी में जाकर स्नान करें। किसी कारण बस तीर्थ स्थल पर नहीं जा पाये तो घर पर ही पानी में गंगाजल डालकर नहाना चाहिए।
- फिर एक चौकी पर लाल कपड़ा बिछाएं। इस पर मां लक्ष्मी की मूर्ति स्थापित करें।
- मां लक्ष्मी को लाल फूल, नैवेद्य, इत्र चुड़ाएं। फिर मां को वस्त्र, आभूषण, और श्रृंगार पहनाएं।
- मां लक्ष्मी का आह्वान करें। फिर फूल, धूप (अगरबत्ती), दीप (दीपक), नैवेद्य, सुपारी, दक्षिणा आदि मां को अर्पित करें।
- सायंकाल में चन्द्रोदय होने पर सोने, चाँदी अथवा मिट्टी के घी से भरे हुए १०० दीपक जलाए।
- इसके बाद लक्ष्मी के मंत्रों का जाप करें, लक्ष्मी चालीसा का पाठ करें। एवं आरती गाएं।
- इस दिन अपने सामर्थ्यनुसार किसी ब्राह्मण को दान करें।
- इसके बाद घी मिश्रित खीर तैयार करे और बहुत-से पात्रों में डालकर उसे चन्द्रमा की चाँदनी में रखें। जब एक प्रहर (३ घंटे) बीत जाएँ, तब लक्ष्मीजी को सारी खीर अर्पण करें।
- तत्पश्चात् गरीबों को इस प्रसाद रूपी खीर का भोजन कराएँ और उनके साथ ही मांगलिक गीत गाकर तथा मंगलमय कार्य करते हुए रात्रि जागरण करें। पूजा के दौरान कथा जरूर सुनें।

❖ आश्विन पूर्णिमा की कथा (शरद पूर्णिमा की पौराणिक कथा)

बहुत पुराने समय की बात है एक नगर में एक सेठ (साहूकार) को दो बेटियां थीं। दोनों पुत्रियां पूर्णिमा का व्रत रखती थीं। लेकिन बड़ी पुत्री पूरा व्रत करती थी और छोटी पुत्री अधूरा व्रत करती थी। इसका परिणाम यह हुआ कि छोटी पुत्री की संतान पैदा होते ही मर जाती थी।

उसने पंडितों से इसका कारण पूछा तो उन्होंने बताया कि तुम पूर्णिमा का अधूरा व्रत करती थी, जिसके कारण तुम्हारी संतान पैदा होते ही मर जाती है। पूर्णिमा का पूरा व्रत विधि पूर्वक करने से तुम्हारी संतान जीवित रह सकती है।

उसने पंडितों की सलाह पर पूर्णिमा का पूरा व्रत विधिपूर्वक किया। बाद में उसे एक लड़का पैदा हुआ, जो कुछ दिनों बाद ही फिर से मर गया। उसने लड़के को एक पाटे (पीढ़ा) पर लेटा कर ऊपर से कपड़ा ढंक दिया। फिर बड़ी बहन को बुलाकर लाई और बैठने के लिए वही पाटा दे दिया। बड़ी बहन जब उस पर बैठने लगी जो उसका घाघरा बच्चे को छू गया।

बच्चा घाघरा छूते ही रोने लगा। तब बड़ी बहन ने कहा कि तुम मुझे कलंक लगाना चाहती थी। मेरे बैठने से यह मर जाता। तब छोटी बहन बोली कि यह तो पहले से मरा हुआ था। तेरे ही भाग्य से यह जीवित हो गया है। तेरे पुण्य से ही यह जीवित हुआ है।

“उसके बाद नगर में उसने पूर्णिमा का पूरा व्रत करने का ढिंढोरा पिटवा दिया।

॥ कार्तिक पूर्णिमा (त्रिपुरी पूर्णिमा) ॥

हिंदू धर्म में पूर्णिमा का व्रत महत्वपूर्ण स्थान रखता है। कार्तिक मास की पूर्णिमा को कार्तिक पूर्णिमा, त्रिपुरारी पूर्णिमा या गंगा स्नान के नाम से भी जाना जाता है।

इस पूर्णिमा को महाकार्तिकी भी कहा गया है। यदि इस पूर्णिमा के दिन भरणी नक्षत्र हो तो इसका महत्व और भी बढ़ जाता है। अगर रोहिणी नक्षत्र हो तो इस पूर्णिमा का महत्व कई गुणा बढ़ जाता है। इस दिन कृतिका नक्षत्र पर चन्द्रमा और बृहस्पति हो तो यह महापूर्णिमा कहलाती है।

❖ कार्तिक पूर्णिमा व्रत का महत्व

- मान्यता यह भी है कि इस दिन पूरे दिन व्रत रखकर रात्रि में वृषदान यानी बछड़ा दान करने से शिवपद की प्राप्ति होती है। जो व्यक्ति इस दिन उपवास करके भगवान भोलेनाथ का भजन और गुणगान करता है उसे अग्निष्टोम नामक यज्ञ का फल प्राप्त होता है। इस पूर्णिमा को शैव मत में जितनी मान्यता मिली है उतनी ही वैष्णव मत में भी।
- माना जाता है कि भगवान शिव ने कार्तिक पूर्णिमा को ही त्रिपुरासुर नामक राक्षस का वध किया था, जिससे देवताओं ने प्रसन्न होकर दिवाली मनाई थी। उसी को देव दिवाली कहते हैं। त्रिपुरासुर के वध के बाद देवता बहुत प्रसन्न हुए और भगवान विष्णु ने शिवजी को त्रिपुरारी नाम दिया।
- **पुराणों में** इसी दिन भगवान विष्णु ने प्रलय काल में वेदों की रक्षा के लिए तथा सृष्टि को बचाने के लिए मत्स्य अवतार धारण किया था।
- **महाभारत में** - महाभारत काल में हुए १८ दिनों के विनाशकारी युद्ध में योद्धाओं और सगे संबंधियों की मौत हो गई, उनकी आत्मा की शांति को लेकर पांडवों में चिंता थी। पांडवों की चिंता दूर करने के लिए भगवान श्री कृष्ण पांडवों के साथ गढ़ खादर के विशाल रेतीले मैदान पर आए। कार्तिक शुक्ल अष्टमी को पांडवों ने स्नान किया और कार्तिक शुक्ल चतुर्दशी तक गंगा किनारे यज्ञ किया। इसके बाद रात में दिवंगत आत्माओं की शांति के लिए तर्पण और दीपदान करते हुए श्रद्धांजलि अर्पित की। उसके बाद से कार्तिक पूर्णिमा पर गंगा स्नान और पितरों को तर्पण का विधान शुरू हो गया।
- इसके अलावा कार्तिक शुक्ल पक्ष की एकादशी को भगवान विष्णु के जागने पर भगवान शालिग्राम स्वरूप का देवी तुलसी से विवाह हुआ था। भगवान विष्णु के बैकुंठधाम आगमन और तुलसी संग विवाह के बाद कार्तिक पूर्णिमा को पुण्य लाभ प्राप्त करने के लिए इस तिथि का खास महत्व है।
- ऐसी मान्यता है कि इस दिन कृतिका में शिव शंकर के दर्शन करने से सात जन्म तक व्यक्ति ज्ञानी और धनवान होता है।
- इस दिन चन्द्र जब आकाश में उदित हो रहा हो उस समय शिवा, संभूति, संतति, प्रीति, अनुसूया और क्षमा इन छः कृतिकाओं का पूजन करने से शिव जी की प्रसन्नता प्राप्त होती है।

- **वैष्णव मत में** - कार्तिक पूर्णिमा को गोलोक के रास मण्डल में श्री कृष्ण ने श्री राधा का पूजन किया था। कार्तिक पूर्णिमा को श्री हरि के बैकुण्ठ धाम में देवी तुलसी का मंगलमय पराकाट्य हुआ था। कार्तिक पूर्णिमा को ही देवी तुलसी ने पृथ्वी पर जन्म ग्रहण किया था।
- कार्तिक पूर्णिमा के दिन तमिलनाडु में अरुणाचलम पर्वत की १३ किमी की सबसे बड़ी परिक्रमा होती है। लाखों लोग यहां आकर परिक्रमा करके पुण्य कमाते हैं। अरुणाचलम पर्वत पर कार्तिक स्वामी का आश्रम है वहां उन्होंने स्कंदपुराण का लिखान किया था।
- **गुरुनानक जयंती** - कार्तिक पूर्णिमा को ही सिख धर्म के पहले गुरु, गुरु नानकदेव का जन्म हुआ था। सिख धर्म के अनुयायी इस कारण कार्तिक पूर्णिमा को प्रकाशोत्सव मनाते हैं। गुरुद्वारों में कार्तिक पूर्णिमा के दिन गुरुपर्व मनाते हुए विशेष अरदास और लंगर आयोजित किया जाता है।

❖ कार्तिक पूर्णिमा व्रत पूजा विधि

- कृतिका नक्षत्र पर चन्द्रमा और विशाखा पर सूर्य हो तो "पद्मक योग" बनता है जिसमें गंगा स्नान करने से पुष्कर से भी अधिक उत्तम फल की प्राप्ति होती है।
- शास्त्रों में वर्णित है कि कार्तिक पूर्णिमा के दिन पवित्र नदी व सरोवर एवं धर्म स्थान में जैसे, गंगा, यमुना, गोदावरी, नर्मदा, गंडक, कुरुक्षेत्र, अयोध्या, काशी में स्नान करने से विशेष पुण्य की प्राप्ति होती है। नदी में स्नान करना संभव नहीं हो तो घर पर ही गंगाजल मिला पानी से स्नान करें।
- रात को भगवान विष्णु और मां लक्ष्मी की विधि-विधान से पूजा करें।
- भगवान सत्यनारायण की कथा पढ़ें, सुनें और सुनाएं।
- भगवान विष्णु-मां लक्ष्मी की आरती उतारकर चंद्रमा को अर्घ्य दें।
- घर के अंदर और बाहर दीपक जलाएं और प्रसाद वितरण करें।
- कार्तिक पूर्णिमा को दान का विशेष महत्व है। इस दिन ब्राह्मण या निर्धन को भोजन कराएं और यथाशक्ति दान दें। इस दिन दीपदान भी करें।
- कार्तिक मास में पराये अन्न, गाजर, दाल, चावल, मूली, बैंगन, घीया, तेल लगाना, तेल खाना, मदिरा, कांजी का त्याग करें।

❖ कार्तिक पूर्णिमा की कथा

पौराणिक मान्यताओं के अनुसार, तारकासुर नाम के एक राक्षस के तीन पुत्र थे - तारकक्ष, कमलाक्ष और विद्युन्माली। भगवान भोलेशंकर के बड़े पुत्र भगवान कार्तिक ने तारकासुर का वध कर दिया। इस पर तीनों बेटे बहुत दुखी हुए और ब्रह्माजी से वरदान मांगने के लिए तपस्या करने लगे। तीनों की तपस्या से प्रसन्न ब्रह्माजी प्रकट हुए तो तीनों ने अमर होने का वरदान मांगा, लेकिन ब्रह्माजी ने कहा कि यह वरदान वे नहीं दे सकते, कोई दूसरा वर मांगो।

तीनों ने ब्रह्माजी से तीन अलग नगरों का निर्माण करवाने का वर मांगा, जिसमें तीनों बैठकर सारी पृथ्वी और आकाश में घूम सकें और एक हजार साल बाद जब हम मिलें तो हम तीनों के नगर मिलकर एक हो जाएं और जो देवता तीनों नगरों को एक ही बाण से नष्ट कर दे, वहीं हमारी मौत का कारण हो, ब्रह्माजी ने तीनों को यह वरदान दे दिया।

मयदानव ने ब्रह्माजी के कहने पर तीनों के लिए तीन नगर, तारकक्ष के लिए सोने का, कमला के लिए चांदी का और विद्युन्माली के लिए लोहे का नगर बनाया। तीनों भाइयों ने तीनों लोकों पर अधिकार कर लिया, जिससे भयभीत इंद्रदेव भगवान शंकर की शरण में गए। भगवान शिव ने इन दानवों का नाश करने के लिए एक दिव्य रथ का निर्माण किया, जिसकी हर एक चीज देवताओं से बनी। पहिए चंद्रमा और सूर्य से बने, इंद्र, वरुण, यम और कुबेर रथ के चाल घोड़े बने। हिमालय धनुष बने और शेषनाग प्रत्यंचा बने। भगवान शिव खुद बाण बने और बाण की नोक बने अग्निदेव, खुद भगवान शिव इस दिव्य रथ पर सवार हुए।

तीनों भाइयों से भगवान शिव के इस रथ के बीच भयंकर लड़ाई हुई। तीनों जैसे ही एक सीध में आए, भगवान शिव ने बाण छोड़ तीनों का नाश कर दिया। इसी के बाद भगवान शिव को त्रिपुरारी कहा जाने लगा। माना जाता है कि भगवान शिव को यह नाम भगवान विष्णु ने दिया। कार्तिक मास की पूर्णिमा को तीनों का वध हुआ। इसीलिए इस दिन को त्रिपुरी पूर्णिमा भी कहा जाता है।

॥ मार्गशीर्ष (अगहन) पूर्णिमा (दत्त जयन्ती) ॥

जिस महीने की पूर्णिमा तिथि जिस नक्षत्र से युक्त होती है, उस नक्षत्र के आधार पर ही उस महीने का नामकरण किया जाता है। चूंकि मार्गशीर्ष महीने की पूर्णिमा मृगशिरा नक्षत्र से युक्त होती है, इसलिए इस माह को मार्गशीर्ष कहा जाता है। इसके अलावा इसे मगसर, मंगसिर, अगहन, अग्रहायण, बत्तीसी (३२) पूर्णिमा आदि नामों से भी जाना जाता है।

त्रिपुर भैरव जयंती, अन्नपूर्णा जयन्ती, श्री दत्तात्रेय जयंती, श्री सत्यानारायण व्रत की पूर्णिमा आज है। सूर्य उत्तरायण। सूर्य दक्षिण गोल, शिशिर ऋतु। ये पूरा मास बड़ा ही पवित्र माना गया है। इसकी महिमा स्वयं भगवान श्री कृष्ण ने गीता में कहा है।

■ बृहत्साम तथा साम्नां गायत्री छन्दसामहम्।

मासानां मार्गशीर्षऽहमृतूनां कुसुमाकरः ॥

भगवद् गीता - 10 / 35

अर्थात् गायन करने योग्य श्रुतियों में मैं बृहत्साम और छंदों में मैं गायत्री छंद हूं तथा महीनों में मार्गशीर्ष और ऋतुओं में बसंत मैं हूं।

❖ मार्गशीर्ष पूर्णिमा व्रत का महत्व

- मार्गशीर्ष मास की पूर्णिमा तिथि को त्रिपुर भैरवी जयंती मनाई जाती है। माता त्रिपुर भैरवी मां काली का स्वरूप हैं। आज के दिन विधि विधान से उनकी पूजा करने पर भक्तों के सभी कष्टों का निवारण हो जाता है। जीवन में सफलता प्राप्त होती है और धन-संपदा की भी कमी नहीं रहती है। इनकी साधना करने से 16 कलाओं में निपुण पुत्र रत्न की प्राप्ति होती है।
- मार्गशीर्ष शुक्ल पूर्णिमा के दिन मां पार्वती के अन्नपूर्णा स्वरूप के अवतरण दिन को अन्नपूर्णा जयंती के रूप में मनाया जाता है। इस दिन मां अन्नपूर्णा की कृपा से किसी भी घर में कभी भी अन्न की कोई कमी नहीं होती है। अन्नपूर्णा जयंती को अन्न दान करता है, तो उसे अगले जन्म में भी धन-धान्य की कभी कोई कमी नहीं होती है।
- हिन्दू धर्म शास्त्रों में भगवान दत्तात्रेय को त्रिदेव यानी ब्रह्म, विष्णु और महेश का स्वरूप माना गया है। भगवान दत्तात्रेय महायोगी और महागुरु के रूप में भी पूजनीय हैं। क्योंकि शास्त्रों के मुताबिक भगवान दत्तात्रेय द्वारा चौबीस गुरुओं से शिक्षा ली गई। जिनमें मनुष्य, प्राणी, वनस्पति सभी शामिल थे। इसलिए दत्तात्रेय की उपासना में अहं को छोड़ने और ज्ञान द्वारा जीवन को सफल बनाने का संदेश है। भगवान दत्तात्रेय का जन्म मार्गशीर्ष पूर्णिमा तिथि में प्रदोष काल यानी शाम के वक्त माना गया है।
- सतयुग में देवों ने वर्ष का आरंभ मार्गशीर्ष कृष्ण पक्ष की प्रतिपदा तिथि से ही किया था।
- ऋषि कश्यप ने भी इसी महीने के दौरान कश्मीर नामक जगह की स्थापना की थी, जो कि इस समय भारत का अभिन्न अंग है।

- विशेषकर इस महीने के दौरान यमुना नदी में स्नान का महत्व है। मार्गशीर्ष महीने के दौरान यमुना नदी में स्नान करने से भगवान सहज ही प्राप्त होते हैं।
- मान्यता है कि इस दिन आप जो भी दान करते हैं उसका फल अन्य पूर्णिमा की अपेक्षा 32 गुना अधिक प्राप्त होता है।

❖ मार्गशीर्ष पूर्णिमा व्रत के दिन क्या करें

- मार्गशीर्ष के दौरान सुबह जल्दी उठकर स्नान से पवित्र होकर सफेद रंग के वस्त्र धारण करें।
- साथ ही स्नान के समय 'ॐ नमो भगवते नारायणाय' या गायत्री मंत्र का जप करें।
- इसके बाद विधि-विधान के साथ भगवान विष्णु की पूजा-अर्चना करें।
- इस मौसम में गर्म कपड़े, कंबल, मौसमी फल, शैया, भोजन और अन्नदान का विशेष महत्व है।
- इस माह में पूजा संबंधी सामग्री जैसे आसन, तुलसी माला, चंदन, मोर पंख, जल-कलश, आचमनी, पीतांबर, दीपक आदि का दान शुभ माना गया है।

❖ मार्गशीर्ष पूर्णिमा की कथा

॥ पौष पूर्णिमा (शाकम्भरी पूर्णिमा) ॥

हिन्दू पंचांग के अनुसार पौष माह में शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा को शाकम्भरी पूर्णिमा भी कहते हैं। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार, मां दुर्गा ने पौष पूर्णिमा के दिन अपने भक्तों के कल्याण के लिए शाकम्भरी के रूप में शिवालिक हिमालय में प्रकट हुई थी।

❖ पौष पूर्णिमा व्रत का महत्व

- **शाकम्भरी** - इस दिन देवी शाकम्भरी का प्राकाट्य हुआ था सहारनपुर की शिवालिक पर्वत श्रृंखला में माँ का प्राकाट्य स्थल मौजूद है। इस पावन शक्तिपीठ में भीमा, भ्रामरी, शताक्षी और गणेश जी भी विराजमान हैं। मां शाकम्भरी को वन देवी भी कहा जाता है। शाकम्भरी देवी का वर्णन सब्जियों और फलों की देवी के रूप में मिलता है।
- वैदिक ज्योतिष और हिन्दू धर्म से जुड़ी मान्यता के अनुसार पौष सूर्य देव का माह कहलाता है। कहा जाता है कि इस मास में सूर्य देव की आराधना से मनुष्य को मोक्ष की प्राप्ति होती है।
- इसलिए पौष पूर्णिमा के दिन पवित्र नदियों में स्नान और सूर्य देव को अर्घ्य देने की परंपरा है।
- पौष पूर्णिमा के दिन काशी, प्रयागराज और हरिद्वार में गंगा स्नान का बड़ा महत्व होता है।
- सूर्य और चंद्रमा का अब्द्रूत संगम पौष पूर्णिमा की तिथि को ही होता है। इस दिन सूर्य और चंद्रमा दोनों के पूजन से मनोकामनाएं पूर्ण होती हैं और जीवन में आने वाली बाधाएं दूर होती हैं।
- **छेरता** - छत्तीसगढ़ के ग्रामीण अंचलों में रहने वाली जनजातियाँ पौष माह के पूर्णिमा के दिन छेरता पर्व बड़े धूमधाम से मनाती हैं। सभी के घरों में नये चावल का चिवड़ा गुड़ तथा तिली के व्यंजन बनाकर खाया जाता है। गांव के बच्चों की टोलियाँ घर-घर जाकर परम्परानुसार प्रचलित बोल छेर छेरता काठी के धान हेर लरिका बोलते हैं और मुट्ठी भर अनाज मांगते हैं। रात्रि में ग्रामीण बालाएं टोली बनाकर घर में जाकर लोकड़ी नामक गीत गाती हैं।
- पौष पूर्णिमा पर जैन धर्म के लोग पुष्याभिषेक यात्रा निकालते हैं।

❖ पौष पूर्णिमा व्रत पूजा विधि

- पौष पूर्णिमा के दिन प्रातःकाल स्नान से पहले व्रत का संकल्प लें।
- पवित्र नदी या कुंड में स्नान करें और स्नान से पूर्व वरुण देव को प्रणाम करें।
- स्नान के पश्चात सूर्य मंत्र का उच्चारण करते हुए सूर्य देव को अर्घ्य देना चाहिए।
- स्नान से करने के बाद भगवान मधुसूदन की पूजा करनी चाहिए।
- किसी जरूरतमंद व्यक्ति या ब्राह्मण को भोजन कराकर दान-दक्षिणा दें।
- दान में तिल, गुड़, कंबल और ऊनी वस्त्र विशेष रूप से दें।

❖ पौष पूर्णिमा की कथा

पौराणिक कथा के अनुसार, एक समय जब पृथ्वी पर दुर्गम नामक दैत्य ने आतंक का माहौल पैदा किया। इस तरह करीब सौ वर्ष तक वर्षा न होने के कारण अन्न-जल के अभाव में भयंकर सूखा पड़ा, जिससे लोग मर रहे थे। जीवन खत्म हो रहा था।

उस दैत्य ने ब्रह्माजी से चारों वेद चुरा लिए थे। तब आदिशक्ति मां दुर्गा का रूप मां शाकंभरी देवी में अवतरित हुई, जिनके सौ नेत्र थे। उन्होंने रोना शुरू किया, रोने पर आंसू निकले और इस तरह पूरी धरती में जल का प्रवाह हो गया। अंत में मां शाकंभरी दुर्गम दैत्य का अंत कर दिया।

एक अन्य कथा:

पौष पूर्णिमा को लेकर एक अन्य कथा के अनुसार शाकंभरी देवी ने 100 वर्षों तक तप किया था और महीने के अंत में एक बार शाकाहारी भोजन कर तप किया था। ऐसी निर्जीव जगह जहां पर 100 वर्ष तक पानी भी नहीं था, वहां पर पेड़-पौधे उत्पन्न हो गए। यहां पर साधु-संत माता का चमत्कार देखने के लिए आए और उन्हें शाकाहारी भोजन दिया गया। इसका तात्पर्य यह था कि माता केवल शाकाहारी भोजन का भोग ग्रहण करती हैं और इस घटना के बाद से माता का नाम शाकंभरी माता पड़ा।

॥ माघ पूर्णिमा (माघ मेला) ॥

माघ पूर्णिमा तिथि का हिन्दू धर्म में विशेष महत्व है। मघा नक्षत्र के नाम से माघ पूर्णिमा की उत्पत्ति होती है। मान्यता है कि माघ माह में देवता पृथ्वी पर आते हैं और मनुष्य रूप धारण करके प्रयाग में स्नान, दान और जप करते हैं। इसलिए कहा जाता है कि इस दिन प्रयाग में गंगा स्नान करने से सुख-सौभाग्य, संतान सुख, समस्त मनोकामनाएं पूर्ण होती है और मोक्ष की प्राप्ति होती है। शास्त्रों में लिखे कथनों के अनुसार यदि माघ पूर्णिमा के दिन पुष्य नक्षत्र हो तो इस तिथि का महत्व और बढ़ जाता है।

❖ माघ पूर्णिमा व्रत का महत्व

- **माघ मेला** - माघ मेला हिन्दुओं का सर्वाधिक प्रिय धार्मिक एवं सांस्कृतिक मेला है। हिन्दू पंचांग के अनुसार १४ या १५ जनवरी को मकर संक्रांति के दिन माघ महीने में यह मेला आयोजित होता है। यह भारत के सभी प्रमुख तीर्थ स्थलों में मनाया जाता है। प्रयाग, उत्तरकाशी, हरिद्वार इत्यादि स्थलों का माघ मेला प्रसिद्ध है।
- माघ के धार्मिक अनुष्ठान के फलस्वरूप प्रतिष्ठानपुरी के नरेश पुरुरवा को अपनी कुरूपता से मुक्ति मिली थी।
- भृगु ऋषि के सुझाव पर व्याघ्रमुख वाले विद्याधर और गौतम ऋषि द्वारा अभिशप्त इंद्र को भी माघ स्नान के महात्म्य से ही श्राप से मुक्ति मिली थी।
- पद्म पुराण के महात्म्य के अनुसार-माघ स्नान से मनुष्य के शरीर में स्थित उपाताप जलकर भस्म हो जाते हैं।
- **प्रयाग का माघ मेला** - प्रयाग के मुख्य शहर को इलाहाबाद के नाम से जाना जाता है जो भारत के सर्वाधिक पवित्र तीर्थस्थलों में से एक है। प्रयाग का माघ मेला विश्व का सबसे बड़ा मेला है। हिन्दु पुराणों में, हिन्दु धर्म के अनुसार सृष्टि के सृजनकर्ता भगवान ब्रह्मा द्वारा इसे 'तीर्थ राज' अथवा तीर्थस्थलों का राजा कहा गया है, जिन्होंने तीन पवित्र नदियों गंगा, यमुना और पौराणिक सरस्वती के संगम पर 'प्राकृष्ट यज्ञ' संपन्न किया था। हमारे पवित्र धर्मग्रंथों - वेदों और रामायण तथा महाभारत जैसे महाकाव्यों और पुराणों में भी इस स्थान को 'प्रयाग' कहे जाने के साक्ष्य मिलते हैं। प्रत्येक वर्ष जनवरी-फरवरी माह में यहां पवित्र 'संगम' के किनारे विश्व प्रसिद्ध माघ मेला आयोजित होता है, जो प्रत्येक जनवरी में वर्ष मकर संक्रांति को आरंभ होकर फरवरी में महा शिवरात्रि को समाप्त होता है।
- **उत्तरकाशी का माघ मेला** - मेला अवधि में उत्तरकाशी जिले के सभी भाग से लोग अपने-अपने देवी-देवताओं की डोली के साथ उत्तरकाशी आते हैं। मकर संक्रांति के दिन प्रातः सभी डोलियों को मणिकर्णिका घाट लाकर विसर्जित कर दिया जाता है। उसके बाद उन डोलियों को जुलूस में गायकों एवं नर्तकों के साथ चमला की चौड़ी, भैरों मंदिर तथा विश्वनाथ मंदिर ले जाया जाता है और फिर रामलीला मैदान में यह जुलूस समाप्त हो जाता है। मुख्य अतिथि सहित इस मेले का

उदघाटन स्थानीय कण्डार देवता एवं हरि महाराज ढोल द्वारा होता है। सप्ताह भर का उत्सव अपने सर्वोत्तम परिधानों सहित यहां के लोगों द्वारा मनाया जाता है तथा परंपरागत नृत्यों तथा गानों का सिलसिला लोगों के मनोरंजन के लिये प्रत्येक रात जारी रहता है जिसे जिले एवं राज्य के विभिन्न समूह संचालित करते हैं। मेले में स्वदेशी भोटिया हस्तकला के साथ ही रिंगाल उत्पादों को पसंद किया जाता है।

❖ माघ पूर्णिमा व्रत और पूजा विधि

- माघ पूर्णिमा के दिन प्रातःकाल सूर्योदय से पूर्व किसी पवित्र नदी, जलाशय में स्नान करना चाहिए।
- स्नान के बाद सूर्य मंत्र का उच्चारण करते हुए सूर्य देव को अर्घ्य देना चाहिए।
- स्नान के पश्चात व्रत का संकल्प लेकर भगवान मधुसूदन की पूजा करनी चाहिए।
- मध्याह्न काल में गरीब व्यक्ति और ब्राह्मणों को भोजन कराकर दान-दक्षिणा देना चाहिए।
- दान में तिल और काले तिल विशेष रूप से दान में देना चाहिए।
- माघ माह में काले तिल से हवन और काले तिल से पितरों का तर्पण करना चाहिए।

❖ माघ पूर्णिमा की कथा

॥ फाल्गुन पूर्णिमा (होली) ॥

फाल्गुन मास की पूर्णिमा को वसंत पूर्णिमा कहते हैं। मान्यता है इसी दिन माता लक्ष्मी का भी धरती पर अवतरण हुआ था। इसलिए इस दिन फाल्गुन पूर्णिमा के साथ ही लक्ष्मी जयंती भी मनाई जाती है। इसी दिन भगवान विष्णु के चौथे अवतार भगवान नरसिंह की पूजा का विधान है। इसी दिन होलिका दहन भी किया जाता है। जिसे छोटी होली के नाम से लोग जानते हैं। कई जगहों पर आज फसलों को कटाई भी की जाएगी। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार, वसंत पूर्णिमा के दिन जो जातक व्रत करता है पूजा-पाठ करता है उसे पुण्य फल की प्राप्ति होती है और पापों का नाश होता है। साथ ही जातक को अच्छे स्वास्थ्य, भाग्य और दीर्घायु मिलता है।

❖ फाल्गुन पूर्णिमा व्रत का महत्व

- भारत में होली का उत्सव अलग-अलग प्रदेशों में भिन्नता के साथ मनाया जाता है। ब्रज की होली आज भी सारे देश के आकर्षण का बिंदु होती है।
- बरसाने की लठमार होली काफी प्रसिद्ध है। इसमें पुरुष महिलाओं पर रंग डालते हैं और महिलाएँ उन्हें लाठियों तथा कपड़े के बनाए गए कोड़ों से मारती हैं।
- मथुरा और वृंदावन में भी १५ दिनों तक होली का पर्व मनाया जाता है। कुमाऊँ की गीत बैठकी में शास्त्रीय संगीत की गोष्ठियाँ होती हैं। यह सब होली के कई दिनों पहले शुरू हो जाता है।
- हरियाणा की धुलंडी में भाभी द्वारा देवर को सताए जाने की प्रथा है।
- बंगाल की दोल जात्रा चैतन्य महाप्रभु के जन्मदिन के रूप में मनाई जाती है। जलूस निकलते हैं और गाना बजाना भी साथ रहता है।
- महाराष्ट्र की रंग पंचमी में सूखा गुलाल खेलने,
- गोवा के शिमगो में जलूस निकालने के बाद सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन।
- पंजाब के होला मोहल्ला में सिक्खों द्वारा शक्ति प्रदर्शन की परंपरा है।
- तमिलनाडु की कमन पोडिगई मुख्य रूप से कामदेव की कथा पर आधारित वसंतोत्सव है।
- मणिपुर के याओसांग में योंगसांग उस नन्हीं झोंपड़ी का नाम है जो पूर्णिमा के दिन प्रत्येक नगर-ग्राम में नदी अथवा सरोवर के तट पर बनाई जाती है।
- गुजरात के आदिवासियों के लिए होली सबसे बड़ा पर्व है,
- छत्तीसगढ़ की होरी में लोक गीतों की अद्भुत परंपरा है।
- मध्यप्रदेश के मालवा अंचल के आदिवासी इलाकों में बेहद धूमधाम से मनाया जाता है भगोरिया जो होली का ही एक रूप है।
- बिहार का फगुआ जम कर मौज मस्ती करने का पर्व है।
- नेपाल की होली में इस पर धार्मिक व सांस्कृतिक रंग दिखाई देता है।

❖ फाल्गुन पूर्णिमा व्रत पूजा विधि

- इस पूर्णिमा पर भी उपवास और पूजन की परंपरा लगभग समान है। हालांकि कुछ विशेषताएँ भी होती हैं। फाल्गुन पूर्णिमा पर भगवान श्री कृष्ण का पूजन भी होता है।
- पूर्णिमा के दिन प्रातःकाल उठकर स्नान करना चाहिए और उपवास का संकल्प करना चाहिए।
- सुबह सूर्योदय से लेकर शाम को चंद्र दर्शन तक उपवास रखकर रात्रि में चंद्रमा की पूजा करनी चाहिए।
- इस दिन स्नान, दान और भगवान का ध्यान करना चाहिए।
- नारद पुराण के अनुसार फाल्गुन पूर्णिमा को लकड़ी व उपलों को एकत्रित करना चाहिए।
- भगवान नरसिंह की प्रार्थना करें और होलिका पर रोली, अक्षत, फूल, बताशे अर्पित करें।
- मौली को होलिका के चारों ओर तीन या सात बार परिक्रमा करते हुए लपेटें।
- होलिका पर प्रह्लाद का नाम लेकर पुष्प अर्पित करें।
- भगवान नरसिंह का नाम लेते हुए 5 अनाज चढ़ाएं।
- पूजा संपन्न होने के बाद विधिपूर्वक होलिका पर लकड़ी डालकर उसमें आग लगा देना चाहिए।
- होलिका की परिक्रमा करते हुए हर्ष और उत्सव मनाना चाहिए।
- पूर्णिमा के दिन होलिका दहन के मुख्यतः 2 नियम ध्यान में रखने चाहिए।
- **पहला** : उस दिन 'भद्रा' न हो। भद्रा का ही एक दूसरा नाम विष्टि करण भी है, जो कि 11 करणों में से 1 है। एक करण तिथि के आधे भाग के बराबर होता है।
- **दूसरा** : पूर्णिमा प्रदोषकाल व्यापिनी होनी चाहिए। सरल शब्दों में कहें तो उस दिन सूर्यास्त के बाद के 3 मुहूर्तों में पूर्णिमा तिथि होनी चाहिए।

❖ फाल्गुन पूर्णिमा की कथा (होली की केवल यही नहीं, बल्कि और भी कई कहानियां प्रचलित हैं)

होलिका दहन की पौराणिक कथाएं- पुराणों के अनुसार दानवराज हिरण्यकश्यप ने जब देखा कि उसका पुत्र प्रह्लाद सिवाय विष्णु भगवान के सिवाय किसी अन्य को नहीं भजता, तो वह क्रुद्ध हो उठा और अंततः उसने अपनी बहन होलिका को आदेश दिया कि वह प्रह्लाद को गोद में लेकर अग्नि में बैठ जाए, क्योंकि होलिका को वरदान प्राप्त था कि उसे अग्नि नुकसान नहीं पहुंचा सकती।

किंतु हुआ इसके ठीक विपरीत और होलिका जलकर भस्म हो गई और भक्त प्रह्लाद को कुछ भी नहीं हुआ। इसी घटना की याद में इस दिन होलिका दहन करने का विधान है। होली का पर्व संदेश देता है कि इसी प्रकार ईश्वर अपने अनन्य भक्तों की रक्षा के लिए सदा उपस्थित रहते हैं।

कामदेव को किया था भस्म - होली की एक कहानी कामदेव की भी है। पार्वतीजी, शिव से विवाह करना चाहती थीं लेकिन तपस्या में लीन शिव का ध्यान उनकी ओर गया ही नहीं। ऐसे में प्यार के देवता कामदेव आगे आए और उन्होंने शिव पर पुष्प बाण चला दिया। तपस्या भंग होने से शिव को

इतना गुस्सा आया कि उन्होंने अपनी तीसरी आंख खोल दी और उनके क्रोध की अग्नि में कामदेव भस्म हो गए।

कामदेव के भस्म हो जाने पर उनकी पत्नी रति रोने लगीं और शिव से कामदेव को जीवित करने की गुहार लगाई। अगले दिन तक शिव का क्रोध शांत हो चुका था, उन्होंने कामदेव को पुनर्जीवित किया। कामदेव के भस्म होने के दिन होलिका जलाई जाती है और उनके जीवित होने की खुशी में रंगों का त्योहार मनाया जाता है।

महाभारत की कहानी - महाभारत की एक कहानी के मुताबिक युधिष्ठिर को श्रीकृष्ण ने बताया कि एक बार श्री राम के पूर्वज रघु के शासन में एक असुर महिला धोधी थी। उसे कोई भी नहीं मार सकता था, क्योंकि वह एक वरदान द्वारा संरक्षित थी। उसे गली में खेल रहे बच्चों के अलावा किसी से भी डर नहीं था।

एक दिन गुरु वशिष्ठ ने बताया कि उसे मारा जा सकता है, यदि बच्चे अपने हाथों में लकड़ी के छोटे टुकड़े लेकर शहर के बाहरी इलाके के पास चले जाएं और सूखी घास के साथ-साथ उनका ढेर लगाकर जला दें। फिर उसके चारों ओर परिक्रमा दें, नृत्य करें, ताली बजाएं, गाना गाएं और ड्रम बजाएं। फिर ऐसा ही किया गया। इस दिन को एक उत्सव के रूप में मनाया गया, जो बुराई पर एक मासूम दिल की जीत का प्रतीक है।

श्रीकृष्ण-पूतना की कहानी - होली का श्रीकृष्ण से गहरा रिश्ता है। जहां इस त्योहार को राधा-कृष्ण के प्रेम के प्रतीक के तौर पर देखा जाता है, वहीं पौराणिक कथा के अनुसार जब कंस को श्रीकृष्ण के गोकुल में होने का पता चला तो उसने पूतना नामक राक्षसी को गोकुल में जन्म लेने वाले हर बच्चे को मारने के लिए भेजा।

पूतना को स्तनपान के बहाने शिशुओं को विषपान कराना था लेकिन श्रीकृष्ण उसकी सच्चाई को समझ गए। उन्होंने दुग्धपान करते समय ही पूतना का वध कर दिया। कहा जाता है कि तभी से होली पर्व मनाने की मान्यता शुरू हुई।